Dr Bonnet • Dr Laurens • Dr Mrejen • Dr Perrin

Médecines naturelles et écologiques :

mésothérapie, acupuncture, homéopathie



EYROLLES PRATIQUE

Les médecines naturelles et écologiques

Mésothérapie - Acupuncture - Homéopathie

Chez le même éditeur :

- *Mieux vivre la ménopause*, Dr Roland Cachelou
- *Le yoga au quotidien*, Françoise Colombo
- *Manger équilibré, c'est facile !*, Catherine Chegrani-Conan
- *Mieux vivre avec le Yi King*, Marie-Noëlle Doublet
- *Le nouveau Feng Shui*, Martine Evraud et Sarah le Hardy
- *Vaincre le stress, la dépression*, Dr Patrick Georges
- *Vaincre le mal de dos, la sciatique*, Dr Patrick Georges
- *Le Taï chi au quotidien*, Philippe Gouédard
- *Stop à la cigarette !*, Dr Ghéorghiï Grigorieff
- *Tabac : arrêter sans grossir*, Dr Ghéorghiï Grigorieff et Sébastien Bailly
- *L'acupuncture*, Dr Ghéorghiï Grigorieff
- *Mieux communiquer avec son médecin traitant*, Dr Ghéorghiï Grigorieff
- *L'aromathérapie*, Nelly Grosjean
- *La beauté par les huiles essentielles*, Nelly Grosjean
- *Mieux vivre avec les fleurs de Bach*, Pascale Millier
- *La phytothérapie*, Anne-Sophie Nogaret-Ehrhart
- *Les drogues*, Yasmina Salmandjee
- *Piercings et tatouages*, Yasmina Salmandjee
- *Homéopathie et sexualité*, Dr Dominique-Jean Sayous
- *La cosmétique bio*, Dr Dominique-Jean Sayous et Julie Chevallier
- *L'alimentation bio*, Kilien Stengel
- *L'homéopathie*, Catherine Trouvé

Dr Christian Bonnet
Dr Denis Laurens
Dr Didier Mrejen
Dr Jean-Jacques Perrin

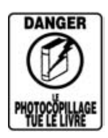
Les médecines naturelles et écologiques

Mésothérapie - Acupuncture - Homéopathie

EYROLLES

Éditions Eyrolles
61, Bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05
www.editions-eyrolles.com

Mise en pages : Istria



ISBN 978-2-212-54231-8

Sommaire

L'efficacité par l'écologie médicale 7

La mésothérapie 23

Acupuncture et méso-acupuncture 45

Homéopathie 67

Pour en savoir plus 88

Conclusion 89

Liste des mésothérapeutes et spécialisés en esthétique (AMME) 94

Liste des médecins ayant validé le DIU de mésothérapie (SFM) 102

Charte de l'AMME France 113

Table des matières 115

L'efficacité par l'écologie médicale

Pourquoi ce livre ?

C'est la question initiale et fondamentale que nous nous sommes posé avant d'entamer ce livre. Tout d'abord nous allons nous présenter. Nous sommes quatre médecins qui pratiquons depuis plus de vingt ans.

Nous avons acquis tout au long de ces années, une expérience importante dans la pratique des médecines dites « alternatives » et nous avons en charge la formation des médecins au sein de l'université et des sociétés savantes (principalement en mésothérapie).

Nous n'avions jusqu'alors publié que des livres professionnels destinés à l'enseignement des médecins.

Il nous a semblé évident qu'une lacune dans la communication « grand public » existait. En effet, nous constatons avec, il faut bien le dire, un certain agacement que l'information dans le domaine médical et surtout celui qui nous concerne est souvent filtrée et orientée.

La plus grande partie de celle-ci est destinée à la médecine traditionnelle et néglige totalement les autres médecines ou techniques thérapeutiques complémentaires ou alternatives.

Les motifs de cet aveuglement sont principalement financiers et industriels comme nous allons vous le dévoiler.

Cette « révolte interne » ou plutôt ce sentiment d'injustice qui nous anime est véritablement le premier motif de ce livre. Le second est de vous faire découvrir tous les avantages de ces médecines alternatives que sont l'acupuncture, l'homéopathie et surtout la mésothérapie plus méconnue.

Cette dernière – la plus récente – apporte un progrès considérable dans la prise en charge thérapeutique des patients et pourtant elle est encore peu médiatisée. Nous espérons que ce livre corrigera cet « oubli » et vous permettra de bénéficier vous aussi de tous les bienfaits de cette nouvelle médecine merveilleusement efficace.

Nous avons décidé dans ce livre de tout vous dire, le plus clairement et objectivement possible, sans aucun esprit de polémique.

Il est temps d'entrer dans le vif du sujet et, comme nous l'avons promis, de jouer franc-jeu avec vous.

Se soigner au naturel, c'est possible et tellement mieux

Pourquoi ne pas développer une écomédecine ?

L'écologie est à la mode, les sociétés commencent à prendre conscience de l'utilité d'être en harmonie avec la nature. Mais en médecine, où en sommes-nous ? Y a-t-il une écologie médicale ?

Nous allons tenter de répondre entre autres à ces questions dans cet ouvrage et vous proposer une démarche médicale écologique.

L'écologie médicale

La santé est une priorité dans notre vie et tout un chacun cherche à la conserver.

Le temps de l'obscurantisme médical est passé, du moins dans nos sociétés dites « riches », et l'éducation sanitaire a permis aux patients d'avoir un regard plus critique et plus avisé sur leurs soignants.

Avec l'aspect quantitatif des soins nous voyons aussi émerger la notion de qualité.

La qualité de notre vie passe dorénavant par la qualité de sa santé. L'harmonisation devient le maître mot de notre parcours terrestre. C'est de l'équilibre du Yin et du Yang que nous fondons notre route vers le bonheur.

Cette notion est récente, et le temps où le bonheur était lié à la patrie et à la famille est révolu. Cette quête du bonheur fondée sur l'harmonie est difficile car l'équilibre est de par nature souvent instable.

La santé fait partie de cet équilibre : soigner oui, mais soigner bien.

Nous avons pris conscience que nous faisons partie d'un environnement qu'il faut protéger pour accéder à cet équilibre.

Cet environnement est corporel et extracorporel. L'écologie commence par le respect de nos cellules pour aller jusqu'à celui de la planète.

Dans chacune de nos cellules, il y a la vie, un monde miniature en fonctionnement. Imaginez que la cellule assure la naissance, la croissance, la nourriture, les dépenses énergétiques, le recyclage, et tout cela dans le plus grand respect de l'écologie et de « l'économie cellulaire ».

Tout dysfonctionnement de ce cycle cellulaire aboutira à un dysfonctionnement viscéral organique qui conduira à une pathologie médicale. Autrement dit, c'est en protégeant nos cellules que nous préserverons notre corps de la maladie.

À cet égard le rôle de la médecine est double, préventif et curatif. L'aspect curatif demande des résultats rapidement visibles et significatifs. L'aspect préventif est bien entendu plus important, mais il est parfois négligé. L'écologie médicale a le devoir d'être présente dans les deux cas.

Un traitement préventif devra éviter le passage au curatif, et un traitement curatif devra, si possible, être aussi préventif.

L'écologie du corps est donc le respect de l'équilibre naturel de notre organisme.

Nous sommes de plus en plus informés sur « l'hygiène de vie » (alimentaire, physique, psychique), mais le sommes-nous vraiment sur la qualité de nos moyens thérapeutiques ?

La médecine dite traditionnelle – allopathique – est étatique, sa qualité incontestée et incontestable. Elle a permis une augmentation significative de la durée de vie, dans un confort acceptable ces dernières années.

Le rôle de cet ouvrage n'est en aucun cas d'émettre la moindre critique à son égard, mais simplement d'ouvrir les esprits vers des nouvelles

médecines, médecines complémentaires ou plutôt « nouvelles thérapeutiques ».

Celles-ci auront pour but d'apporter des améliorations qualitatives, économiques et écologiques, tout en vous garantissant une efficacité au moins équivalente aux thérapies allopathiques classiques.

L'amélioration de la qualité passera par la diminution des contraintes thérapeutiques, et l'économie se comparera aux coûts engendrés par chaque soin.

Comment visualiser l'écologie médicale ? Où se situe-t-elle ?

Nos cellules, nos organes, notre corps doivent en permanence, pour vivre dans de bonnes conditions, recycler tout ce qui provient de l'extérieur, alimentation et médicaments en particulier. Notre organisme accumule des toxines – on parle de radicaux libres ou produits oxydants pour les cellules –, qu'il doit éliminer et recycler dans de bonnes conditions sous peine de dysfonctionnements plus ou moins importants.

Le médicament a des actions multiples – cellulaires, tissulaires, organiques –, et il vient bouleverser les échanges naturellement programmés ; il provoque le plus souvent un « plan B » avec des régulations chimiques et physiques plus ou moins perturbantes.

Le rôle du médicament est d'éliminer un dysfonctionnement pathologique, extrinsèque ou intrinsèque, de nos cellules ou de nos organes, mais en évitant d'en provoquer un autre. C'est un rapport bénéfice/risque à l'échelle cellulaire qui guide la clinique.

Car, pour le malade, seule son amélioration clinique immédiate ou à court terme compte. L'écologie médicale corporelle tentera d'aller plus loin, pour remplir son rôle de prévention ; elle essayera de préconiser des médications plus respectueuses de notre environnement cellulaire en diminuant le travail de détoxication des cellules.

Les médecines complémentaires ne se justifient que si elles proposent des thérapies qui respectent ces principes : qualité, efficacité, rentabilité et écologie.

Nous allons vous montrer les avantages et les limites de chacune de ces médecines complémentaires, appelées aussi « médecines douces », en restant le plus objectif possible dans les comparaisons avec la thérapie traditionnelle.

Vous serez souvent étonné de leur efficacité, de leur innocuité, de leur faible coût et de leur respect de votre écologie corporelle.

Nous avons donc choisi de vous informer sur les trois médecines non conventionnelles qui nous paraissent les plus efficaces et significatives.

Les deux premières, l'acupuncture et l'homéopathie, sont déjà connues car présentes depuis des siècles, mais la troisième, plus récente (55 ans) et nettement moins connue, représente pourtant – selon nous – la technique médicale la plus efficace actuellement.

Avant d'entrer dans les détails de ces différentes thérapies, nous allons porter nos réflexions sur quelques ambiguïtés dans notre gestion médicale de santé publique.

Il vous sera ainsi plus aisé de comprendre les origines de la méconnaissance populaire, partielle ou totale, de ces médecines complémentaires.

La santé et l'argent

■ Chiffres de la santé en France

Voici quelques chiffres, publiés par l'INSEE (Institut national des statistiques et des études économiques) qui vont vous permettre de prendre conscience du coût de la santé dans notre pays.

En 2006, la France compte 62,9 millions d'habitants. Le produit intérieur brut (PIB) par habitant est de 28 356 €.

La part de la dépense nationale de santé dans le PIB est de 11,1 %, ce qui place la France au 3e rang mondial derrière les États-Unis (15,5 %) et la Suisse (11,6 %).

La part de la consommation de soins et de biens de santé dans la consommation des ménages est de 12,1 %.

Au 1er janvier 2007, on dénombre 208 192 médecins dont 106 642 spécialistes :

- 79 691 (38,3 %) exercent en centres de santé ou en cabinets de groupes ;
- 62 461 (30 %) exercent en cabinet individuel ;
- 56 093 (26,9 %) exercent dans le public ;

- 9 947 (4,8 %) exercent dans le privé.

Cela représente, environ, 335 médecins pour 100 000 habitants, soit à peu de choses près la moyenne européenne (avec des extrêmes de 636 en Italie et de 277 en Irlande).

Répartition du financement de la dépense courante de soins et de biens médicaux au 01/01/2006

Sécurité sociale	77 %
État et collectivités locales	1,4 %
Mutuelles	7,4 %
Sociétés d'assurances	3,2 %
Institutions de prévoyance	2,4 %
Ménages	8,6 %

Source : Drees (Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques) - Comptes de la santé.

Comme on le voit dans ce tableau, les dépenses de santé sont avant tout supportées par la Sécurité sociale (77 %). La contribution des mutuelles ne représente que 10 % de celle de la Sécurité sociale.

Principales causes de décès des personnes âgées sur l'année 2005

Causes	Nombre	(%)
Maladies de l'appareil circulatoire	149 839	28,4
dont : Infarctus du myocarde	40 597	7,7
Accidents vasculaires cérébraux	33 906	6,4
Tumeurs	155 407	29,5
dont : Cancers du poumon	29 324	5,6
Leucémies	12 611	2,4
Cancers de l'intestin	12 286	2,3
Maladies de l'appareil respiratoire	35 056	6,6
dont : Pneumonies	11 170	2,1
Causes externes	37 805	7,2
dont : Chutes accidentelles	5 332	1

.../...

Suicides	10 707	2
Maladies du système nerveux	26 371	5
Maladies de l'appareil digestif	26 371	5
Maladies endocriniennes et métaboliques	19 283	3,7
Autres causes	77 384	14,7
Total	527 516	100

Source : Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale), CépiDc (Centre d'épidémiologie sur les causes médicales de décès).

Ce tableau met en évidence deux grandes causes qui représentent 58 % de la mortalité chez les personnes âgées, d'où l'intérêt de la prévention : les tumeurs (cancers) avec près de un tiers des causes de mortalité, et les maladies cardio-vasculaires (infarctus et accidents vasculaires cérébraux).

Principaux motifs de consultations chez un médecin libéral selon l'âge et le sexe au 01/09/2007

	de 25 à 64 ans		65 ans ou plus	
	Homme	**Femme**	**Homme**	**Femme**
ENSEMBLE DES PATHOLOGIES	154,6	155,7	223,4	229,9
Maladies cardio-vasculaires	19,9	15,0	63,1	59,8
Symptômes et états morbides mal définis	15,6	16,5	26,2	27,8
Maladies endocrines, nutrition, métabolisme	14,0	9,4	27,9	25,8
Maladies ostéo-articulaires	17,1	14,4	17,4	28,0
Troubles mentaux	16,3	18,1	8,6	14,4
Prévention et motifs administratifs	12,2	21,6	12,4	11,2
Maladies de l'appareil digestif	7,0	6,0	11,4	12,2
Maladies de l'appareil respiratoire	16,5	13,6	12,9	9,7
Maladies du système nerveux	5,4	6,1	9,2	10,7
Maladies ophtalmologiques	7,7	6,8	8,0	9,2
Maladies des organes génito-urinaires	2,3	8,0	9,2	3,8

.../...

Maladies de la peau	5,3	5,7	3,3	3,8
Maladies infectieuses et parasitaires	6,0	5,7	3,3	3,8
Lésions traumatiques	5,4	3,3	2,7	3,2
Tumeurs	0,6	0,7	3,0	1,9

Source : Drees, IMS Health (Société spécialisée dans l'expertise statistique après collecte d'informations auprès des professionnels de santé et autres acteurs du système de soins pour aider les laboratoires pharmaceutiques à prendre leurs décisions tactiques et stratégiques ; étude permanente sur la prescription médicale).

On peut constater dans ce tableau qu'entre 25 et 64 ans les motifs de consultations sont à peu près équitablement répartis entre 14 % et 19 % : maladies cardio-vasculaires, états morbides, maladies endocriniennes (diabète, obésité, hypercholestérolémie etc.), maladies ostéo-articulaires (rhumatisme, arthrose), troubles mentaux, maladies de l'appareil respiratoire.

Inversement, après 65 ans la première cause de consultation est la maladie cardio-vasculaire : on passe de 20 % à 63 % chez l'homme et de 15 % à 60 % chez la femme. En revanche, les maladies ostéo-articulaires sont stables chez l'homme (17 %) mais doublent chez la femme (14 %à 28 %).

Consommation de soins et de biens médicaux pour l'année 2006

	Milliards d'Euros
Soins hospitaliers	69,9
Soins ambulatoires	42,8
Médecins	19,8
Auxiliaires médicaux	9,5
Dentistes	9,1
Analyses	2,8
Cures thermales	0,3
Transports de malades	3,1
Médicaments	31,9
Optique, prothèses, orthèses, pansements	8,9
Consommation totale	156,6

Source : Drees - Comptes de la santé

Ce dernier tableau est très important, car il montre entre autres l'importance de la consommation médicamenteuse : 31,9 milliards d'euros par an. À la lumière de ce chiffre on comprend mieux la puissance financière des grands groupes pharmaceutiques, qui leur permet ainsi de peser lourdement sur la politique de santé. Or se soigner au naturel c'est avant tout essayer de consommer le moins de médicaments possible et surtout les moins toxiques possible.

En ce qui concerne l'acupuncture le problème est vite réglé puisqu'il n'y a aucune consommation de médicaments. Pour ce qui est de l'homéopathie, les granules prescrits n'ont aucune toxicité, et leur coût est très nettement inférieur à celui des médicaments allopathiques correspondants.

Quant à la mésothérapie, les médicaments injectés font partie de ceux qui sont employés dans la médecine traditionnelle, mais la dose administrée est infinitésimale. Pour traiter une tendinite d'Achille par exemple, il faut trois séances de mésothérapie à une semaine d'intervalle ; la dose de médicaments injectés lors de ces trois séances correspond à la dose d'une journée par voie orale de ces mêmes médicaments. Cela veut dire que sur l'ensemble du traitement, la dose administrée est 20 fois inférieure à la prise orale. Cela entraîne l'absence quasi complète d'effets secondaires.

Si les autorités qui nous gouvernent veulent réellement diminuer les dépenses de santé, il faudra orienter nos concitoyens vers ces médecines écologiques qui consomment très peu de médicaments.

■ Santé publique et rentabilité

Cette réflexion est au cœur de notre système de santé et elle explique bien des orientations prises.

La mondialisation, la rentabilité à tout prix, la capitalisation par l'actionnariat, tout cela est-il compatible avec une santé publique éthique ?

Loin de nous la prétention de trouver des réponses à cette problématique, mais seulement celle d'ouvrir des pistes par un état des lieux.

Force est de constater que les lobbies pharmaceutiques industriels dominent la santé de À à Z et que leur puissance est internationale.

Leurs profits ne font que croître et embellir, ce qui ne peut qu'augmenter leur pouvoir décisionnaire majeur dans les orientations de santé.

Les moyens de communication sont passés de l'échelle régionale à l'échelle mondiale en quelques décennies, et l'information croise plus facilement la désinformation voire la manipulation.

Il est difficile pour tout un chacun de garder un sens critique et une objectivité avec le flot d'informations, de désinformations que nous captons chaque jour par le multimédia.

La santé n'est pas épargnée par les médias, bien au contraire, il n'y a qu'à voir le nombre colossal d'informations qui nous envahissent. Magazines, publi-reportages, émissions de radio ou télévisuelles sont pléthoriques. Comment s'y retrouver entre le vrai, le faux, les publicités ?

Les médicaments eux-mêmes sont maintenant « pré-vendus », annoncés par voie de presse avant que les médecins n'en aient connaissance.

Il n'est pas rare d'entendre en consultation : « Vous avez vu Docteur, il y a un nouveau médicament *(qui vient toujours d'ailleurs, est bien mieux voire révolutionnaire)* pour mon arthrose *(ou autre)*, il me le faut. »

« Plus blanc que blanc », disait Coluche.

Le médecin devient un maillon de cette chaîne de distribution, sous contrôle marketing de l'industrie pharmaceutique. Son rôle est difficile et délicat, car il assume en aval toute la responsabilité de votre traitement, les effets positifs mais aussi négatifs.

Dans cette chaîne de distribution, l'apparition de médecines complémentaires perturbe quelque peu les rouages, elles dérangent, n'entrent pas dans les plans préétablis. On les tolère, mais on ne les facilite pas.

En effet, les médecines alternatives sont peu lucratives car peu dépensières en médicaments, biologie ou radiologie.

Il est logique de comprendre et d'admettre que les dépenses de l'industrie pharmaceutique en *recherche et développement*, *marketing* et *communication*, doivent aboutir à un retour sur investissement.

La médecine traditionnelle va donc bénéficier totalement de cette manne financière. Par opposition les médecines alternatives doivent s'organiser en associations non lucratives (loi 1901) pour subsister et

gérer leur recherche et leur développement, autour d'un bénévolat sans limite de ses médecins dirigeants.

On reproche souvent à ces médecines le manque d'études cliniques, biologiques ou histologiques, mais on doit songer aux coûts énormes de ces dernières : chaque étude clinique, de la plus simple à celle en double aveugle, coûte des centaines de milliers voire des millions d'euros.

Une goutte d'eau pour une industrie internationale pharmaceutique, un océan pour les associations.

Alors que reste-t-il aux médecines « écologiques » alternatives ? Le temps, ou plus exactement l'épreuve du temps, car seules les plus actives et les plus efficaces persistent avec les années. Pour survivre, elles doivent réussir à convaincre les patients de leur supériorité et de leur nécessité. Le jugement populaire, ça marche ou ça ne marche pas, et cette exigence est souveraine et crédibilise ces thérapies.

Ces médecines n'ont pas le droit à l'erreur et c'est là aussi tout leur mérite lorsqu'elles dépassent les années et les modes.

Voici quelques exemples qui illustreront les propos précédents et les paradoxes qui en découlent.

La mésothérapie est une médecine « médicale » qui utilise exclusivement des produits injectables. Après des années d'efforts, elle a été reconnue par l'Académie de médecine, la Sécurité sociale française, l'Université et l'Ordre des médecins.

Il a été mis en place un DIU (diplôme interuniversitaire) afin de former officiellement les médecins, dans les plus grands centres hospitaliers et services de rééducation fonctionnelle de Paris, Bordeaux, Marseille, Dijon et Clermont-Ferrand, et sous la présidence d'illustres professeurs d'universités.

Les congrès nationaux annuels de mésothérapie sont des occasions de mise à jour des connaissances, de perfectionnement, de formation continue en rhumatologie, médecine sportive, traitement de la douleur, et cela sous la présidence de ces mêmes professeurs.

Ce sont donc des congrès sérieux de travail où l'on s'intéresse principalement à la douleur et à ses traitements par mésothérapie.

Comme dans tous les congrès associatifs, le partenariat des sponsors médicaux est obligatoire pour couvrir les dépenses d'organisation, et il est source d'échanges d'informations et de connaissances.

Eh bien, dans les congrès de mésothérapie, 90 % des sponsors sont des laboratoires ou des sociétés d'esthétique. Quel paradoxe de faire financer un congrès sur la douleur par les seules sociétés d'esthétique. Où sont les autres ? et pour quelles raisons les laboratoires de médicaments antidouleur ou anti-inflammatoires ne viennent-t-ils pas ?

La réponse est simple, lorsque l'on sait que le chiffre d'affaires représenté par les produits injectables est négligeable dans ces laboratoires pharmaceutiques : cela n'entre donc pas dans la « cible marketing ».

Et la santé publique, là-dedans ? C'est ce que l'on s'évertue à dire aux responsables de la communication *marketing* qui restent de marbre.

À l'inverse, les laboratoires spécialisés dans le domaine esthétique où la mésothérapie va utiliser produits et matériels coûteux, trouvant leur intérêt, vont participer au financement des congrès.

Autrement dit, c'est lorsque le « gagnant/gagnant » (le *Win/Win*) est favorable aux laboratoires que la santé publique ressort victorieuse (peu importe le bien fait aux patients sans rentabilité).

En conclusion que penser de tout cela ?

Comme d'habitude rien n'est simple, ni blanc ni noir. L'industrie pharmaceutique est faite de sociétés commerciales qui se doivent d'être lucratives et bénéficiaires pour continuer à embaucher et à employer des milliers de personnes. Elle est l'une des plus importantes industries pourvoyeuses d'emplois à travers le monde. La santé est un secteur très riche en emplois et le restera.

Que fait l'État pour lutter contre les dépenses de santé ?

Tout d'abord, il constate :

- la faillite du système de santé, plus de 30 milliards de déficit récurrent ;
- l'augmentation inévitable des dépenses de santé.

Ces deux évidences sont malheureusement mathématiques. Elles proviennent de plusieurs causes dont le vieillissement de la population,

l'augmentation des techniques de diagnostic de plus en plus coûteuses, l'augmentation du prix des médicaments, l'emprise des lobbies pharmaceutiques et industriels médicaux, et la lourdeur de l'administration médicale.

Les quelques dérives de prescriptions des médecins sont totalement négligeables dans cet état de faits, mais ce sont les seules qui apparaissent au grand jour, et qui sont stigmatisées.

Vous comprenez alors que la solution aux problèmes, ne peut passer que par une refonte totale du système de santé et non par des corrections de détails.

Actuellement que propose l'État ?

- l'augmentation des cotisations de la Sécurité sociale ;
- la diminution des prestations remboursées ;
- les restrictions en tous genres ;
- la stigmatisation des médecins.

Tout cela occasionne de petites économies qui ne peuvent en aucun cas rétablir le déficit colossal et récurrent, mais surtout oriente notre système de soins vers une baisse inévitable de la qualité.

En effet, que se passe-t-il sur le terrain ?

Votre médecin est montré du doigt par les politiques, il coûte trop cher, il dépense trop pour ses patients, c'est lui le responsable. Il reçoit de la Sécurité sociale des pressions permanentes avec des mesures incitatives plus ou moins répressives sur la qualité, la quantité de ses actes. En fait, il finit par tout calculer à l'économie, prescrit moins pour ne pas être « embêté » ou par peur des représailles financières.

Vous comprenez pourquoi, de plus en plus, les médecins se « refilent le bébé » – des spécialistes aux généralistes, de l'hôpital à la ville et vice versa – pour la prescription d'examens, de radios, de médicaments.

On va faire au moins cher, *a minima*, même si l'on retarde les diagnostics, les traitements, mais on a multiplié les intervenants pour ne plus assumer seul cet état de fait. Méthode américaine où tout est démultiplié pour partager les risques.

N'y a-t-il pas mieux à faire ?

L'État ne devrait-il pas aider les médecines alternatives sérieuses, écologiques qui ont passé l'épreuve du temps et ont surmonté le jugement populaire ? financer des programmes de validation, d'études cliniques ? intégrer toutes ces techniques médicales dans le cursus médical universitaire afin de pouvoir multiplier les études comparatives ?

En effet, pourquoi rejeter ces techniques alternatives « hors système » et ne pas faire des comparatifs de rentabilité, d'efficacité, en toute objectivité, avec la médecine officielle.

Pourquoi continuer à prendre les patients pour des imbéciles lorsqu'ils disent avoir été mieux soignés et plus vite avec l'homéopathie, la mésothérapie ou l'acupuncture, dans des situations et des domaines bien précis ?

Pour évoluer, traiter efficacement, gérer des situations, il faut *Écouter* et non pas seulement entendre. Et cette écoute des patients, des malades et des personnes en général doit être positive et de qualité, c'est à ce prix que les choses avanceront.

L'acupuncture, l'homéopathie et la mésothérapie apporteraient une économie sensible à notre système de soins.

C'est un tout autre débat, qui demande volonté politique, engagement et ouverture d'esprit.

Après ces quelques réflexions, vous comprendrez mieux pourquoi la communication médicale met en avant ce qui se vend aux dépens du reste, même si ce reste est aussi de qualité. Vous comprendrez aussi pourquoi cette même communication privilégie la médecine traditionnelle et n'améliore pas la connaissance des médecines alternatives par la population.

Dans cet ouvrage, notre désir est d'inverser cette tendance en vous montrant les médecines alternatives qui fonctionnent.

Après avoir posé le problème, en tentant de vous informer le plus objectivement possible et en vous donnant quelques clefs, nous allons entrer dans le détail de chacune des thérapies alternatives, en commençant par la mésothérapie, puis l'acupuncture et enfin l'homéopathie.

Ces thérapeutiques dites « douces » – ou complémentaires ou naturelles ou alternatives – préservent notre corps tout en le soignant.

Nous vous proposons de les aborder le plus simplement possible, et de vous montrer leurs domaines d'activités.

La mésothérapie

C'est la médecine qui nous semble la plus efficace pour des pathologies douloureuses aiguës ou chroniques. Elle ressemble en théorie le plus à la médecine traditionnelle, mais elle en diffère par son mode de distribution des médicaments. En effet, son efficacité exceptionnelle provient de son mode d'injection des médicaments. Il s'agit de la mésothérapie.

Nous allons la développer et essayer de vous montrer toute sa puissance. C'est devenu pour nous, une cause « d'utilité publique » tellement cette médecine nous ravit de jour en jour, ainsi que tous nos patients et ceux qui ont eu la chance de la découvrir.

Histoire de la mésothérapie

« La Mésothérapie, médecine verte » Docteur Michel Pistor (1952)

La mésothérapie est l'aboutissement d'une idée de génie issue du cerveau d'un médecin de campagne, le docteur Michel Pistor, qui a cherché à rapprocher le lieu du traitement de celui de la maladie.

C'est en 1952 que Michel Pistor, dans son village de Bray-et-Lu, est amené à soigner le cordonnier pour une crise d'asthme par une piqûre de procaïne intraveineuse. Ce traitement n'aura que peu d'effet sur l'asthme ; en revanche le patient, qui était sourd depuis de nombreuses années, put de nouveau entendre les cloches du village sonner les heures tout au long de la journée et de la nuit. Pistor eut alors l'idée de poursuivre le traitement par la procaïne mais en regard de l'oreille et les

résultats furent concluants. C'est à partir de cette observation qu'il cherchera inlassablement à traiter au plus près de la pathologie.

La première publication des travaux de Michel Pistor date de 1958, dans le numéro 44 de *la Presse Médicale*, avec, pour la première fois, l'apparition du mot *mésothérapie*.

C'est en 1964 qu'est créée la société française de mésothérapie (SFM) à Paris. Elle comprend alors 16 membres. En 2008 elle compte un peu plus de 900 adhérents.

En 1968, Michel Pistor présente un mémoire sur la mésothérapie devant l'Académie de médecine.

À partir de cette époque, la mésothérapie se développe dans le corps médical grâce aux premiers « disciples » de Michel Pistor : Bicheron et Dalloz-Bourguignon. Ce dernier créera la première consultation hospitalière à Necker dans le service du professeur Thierree. Cette consultation médicale hospitalière sera reprise pendant dix ans par Didier Mrejen, qui poursuivit ensuite l'enseignement de la mésothérapie au centre antidouleur de Lariboisière.

En 1981, le docteur Yves Demarais permet à la mésothérapie de faire son entrée à l'Institut national des sports à Paris. Cette implication dans le sport de haut niveau sera déterminante pour la reconnaissance future de la mésothérapie.

En 1987. la mésothérapie est reconnue par l'Académie de médecine comme faisant partie intégrante de la médecine traditionnelle.

Grâce à Didier Mrejen, le premier diplôme universitaire de mésothérapie voit le jour à la faculté de Marseille en 1989 dans le service du professeur Delboy.

En 1996 un deuxième diplôme universitaire voit le jour à Bordeaux grâce à l'esprit éclairé du professeur Lavignolle.

La reconnaissance de la Sécurité sociale a permis en juin 2002 de mettre en place le diplôme interuniversitaire de mésothérapie (DIU).

Il y a ainsi cinq pôles d'enseignement du DIU de mésothérapie (Paris, Bordeaux, Marseille, Dijon et Clermont-Ferrand).

En 2003 Christian Bonnet, Didier Mrejen et Jean-Jacques Perrin ont créé l'Association de médecine et de mésothérapie esthétique (AMME) qui

assure l'enseignement et la promotion de la mésothérapie esthétique aussi bien en France qu'à travers le monde. Ils organisent chaque année un congrès international basé sur la pratique. La liste des mésothérapeutes esthétiques peut être consultée sur www.esthetic-meso.com.

En janvier 2006 une rubrique « Mésothérapie » est créée dans les pages jaunes (www.pagesjaunes.fr), réservée aux titulaires du DIU, permettant ainsi aux patients de trouver un mésothérapeute diplômé dans leur région.

On peut également trouver la liste des diplômés sur le site de la SFM : www.sfmesotherapie.com

Principes de la mésothérapie

Les principes de la mésothérapie découlent d'une découverte empirique du Dr Michel Pistor et son support scientifique des travaux du Dr Didier Mrejen.

La mésothérapie consiste à injecter des substances actives dans la peau en regard de la zone en souffrance. Il s'agit donc d'un traitement local exclusivement cutané.

La peau est le reflet de la souffrance profonde, sous forme d'une cartographie spécifique.

Tout traitement cutané superficiel interfère sur la profondeur, la douleur, le dysfonctionnement organique ou tissulaire, et cela par son effet sur des arcs réflexes (système neurovégétatif).

Cette découverte à la base empirique et chimique fait de la mésothérapie une des thérapeutiques les plus efficaces.

Cet effet neurophysiologique est majoré par une action sur tout le réseau tissulaire cutané avec toute sa microcirculation (« théorie des quatre unités »). Les substances sont injectées directement dans ce milieu de distribution locale : tissu conjonctif, lymphe et microcirculation.

En imageant, les produits injectés arrivent à la gare centrale et vont se distribuer localement et directement par le réseau de banlieues.

Il est logique d'imaginer alors la puissance d'action de la mésothérapie. De cela aussi découle l'innocuité de cette technique, car avec une simple goutte de produits au bon endroit, vous allez pouvoir irriguer toute une zone locale avec une grande concentration et rapidité.

Comme les substances ne se dispersent pas par voie générale (circulation veino-artérielle, système digestif, estomac, foie, reins, cerveau) une faible quantité de produit suffira à soigner.

Nous retrouvons dans les qualités de la mésothérapie notre médecine écologique et économique.

1. L'écologie :

- faible quantité sur la zone douloureuse pour une grande concentration efficace ;
- pas de dispersion générale pour une non-toxicité médicamenteuse, pas de complication ;
- pas d'effets collatéraux ;
- peu de séances et peu de produits pour une efficacité optimale.

2. L'économie :

- cellulaire et tissulaire car peu de libération de toxines et de radicaux libres à épurer ;
- faible coût pharmaceutique, biologique, car peu de produits utilisés ;
- faible coût médical car peu de consultations, d'examens, de soins complémentaires, d'indemnités journalières ;
- rapidité d'action.

La mésothérapie, ou pourquoi faire compliqué quand on peut faire simple ?

En médecine allopathique, le médicament que vous avalez va se diffuser dans tout votre corps par le système sanguin et digestif et donc par la plupart de vos organes. C'est une grosse déperdition de produits, d'autant que pour obtenir une concentration nécessaire et suffisante pour traiter une zone en souffrance, il sera nécessaire d'augmenter la dose totale.

Cela explique les complications et effets indésirables multiples, spécifiques à chaque médicament ingurgité.

Pour atteindre la cible, il faudra tout arroser, quel gaspillage écologique !

Que vous ayez une tendinite au pied, une otite, ou un lumbago, vous prendrez le même anti-inflammatoire et, pour que la concentration de votre médicament soit suffisamment importante dans la zone à traiter, vous devrez le prendre en grande quantité et pendant plusieurs jours.

Cette dispersion et diffusion généralisée propre à la médecine traditionnelle allopathique est source de toutes les complications. Arroser un champ pour faire pousser une fleur, c'est vraiment le propre de l'anti-écologie.

Avec la mésothérapie, on couple l'écologie corporelle et extracorporelle à l'économie. En effet cette thérapeutique est ciblée, localisée, elle préserve ainsi tout le corps, elle n'utilise que de petites quantités de produits pour une concentration maximale sur la zone à traiter.

Il est simple d'en déduire que cette thérapeutique par mésothérapie est très logique et efficace. D'ailleurs les laboratoires ont bien compris cela, puisqu'ils commercialisent des produits imitant cet effet, mais de façon, bien sûr, à en dégager une marge bénéficiaire.

Par exemple, les patchs, tissus anti-inflammatoires, ionisations, crèmes ont pour but de traverser la peau par une action imitant la mésothérapie. Seulement, l'épiderme – couche superficielle de la peau – représente une barrière importante et peu perméable, ce qui diminue d'autant l'efficacité de ces produits.

La mésothérapie permet d'injecter directement des médicaments dans la peau – de l'épiderme à l'hypoderme – et donc de traverser cette barrière.

De plus, en fonction de la pathologie, il est possible de choisir le type de médicament à injecter (souvent une association de trois produits), par exemple des vasodilatateurs, des veinotoniques qui agissent sur la circulation, des vitamines ou minéraux qui ont un effet nutritif et trophique sur les tissus, des décontracturants musculaires, des anti-douleurs, des anti-arthrosiques, des anti-ostéoporotiques, des anti-inflammatoires, etc.

La gamme est variée et spécifique à chaque pathologie traitée.

Qui peut profiter de la mésothérapie ?

Il découle de ces propos que tout un chacun peut bénéficier de ce traitement, du plus jeune (nourrisson) au plus âgé. Du fait de ce ciblage local et de cette non-dispersion dans la circulation générale ou digestive, il n'y aura pas d'interférence avec les autres médications allopathiques avalées par le patient. C'est pourquoi la mésothérapie est un traitement de choix pour les patients multitraités, multimédicamentés, fragilisés par de multiples pathologies, les femmes enceintes, les cardiaques.

Que va traiter la mésothérapie ?

Beaucoup de choses, car c'est une médecine globale.

En effet, elle prend en compte le patient dans sa globalité et peut ainsi traiter plusieurs pathologies associées.

Les domaines d'activité sont vastes et peuvent se développer en quatre groupes : la rhumatologie, la médecine sportive, la médecine générale et la médecine esthétique.

Nous allons énoncer les principales pathologies dans chaque domaine et en développer quelques-unes.

▶ 1. Rhumatologie :

- arthrose ;
- ostéoporose ;
- lombalgies, cervicalgies, dorsalgies ;
- gonarthrose ;
- coxarthrose.

▶ 2. Médecine sportive :

- tendinites ;
- entorses ;
- traumatismes musculaires.

▶ 3. Médecine générale :

- migraines, céphalées ;
- stress, dépression, anxiété ;
- pathologies digestives et intestinales ;
- pathologies ORL (sinusites, rhinites, otites) ;
- infections à répétition ;
- cystites et vaginites chroniques ;
- insuffisance veineuse, lymphatique ;
- zona, herpès ;
- presbytie ;
- verrues ;
- sevrage tabagique.

▶ 4. Médecine esthétique :

- rides, comblements, toxine botulique ;
- mésolift ;
- cellulite, mésodissolution ;
- chute de cheveux, alopécie ;
- cicatrices, vergetures ;
- prévention du vieillissement ;
- varicosités.

La liste est vaste, mais pourtant pas exhaustive et votre mésothérapeute pourra vous préciser ses domaines d'activité et de compétence.

Qui peut pratiquer la mésothérapie ?

La mésothérapie est un acte médical, donc réservé uniquement au médecin. Pour pratiquer avec succès cette technique, votre médecin devra avant tout établir un diagnostic précis de votre pathologie.

C'est après ce diagnostic qu'il sera capable de choisir les produits de mésothérapie adéquats et de les injecter aux bons endroits et à bonne dose.

L'acte de mésothérapie est un acte médical qui nécessite un médecin bien formé à cette technique. Des formations officielles sérieuses, en facultés ou/et en FMC – formation médicale continue – (DIU de mésothérapie, diplôme AMME, diplôme SFM) sont recommandées.

Ces formations permettront au médecin de savoir comment utiliser les produits, pour quelles raisons, à quels endroits, avec quelle technique et pour quelle pathologie.

La mésothérapie est d'autant plus efficace qu'elle est pratiquée par un bon mésothérapeute.

Vous trouverez sur les sites officiels suivants, les annuaires des médecins formés à cette pratique :

Le site de la SFM : www.sfmesotherapie.com

Le site de l'AMME : www.estheticmeso.com

Comment va se passer une consultation de mésothérapie ?

Après un examen clinique, le médecin établit un diagnostic précis et vous propose un traitement par mésothérapie. Pour cela, il va examiner les zones en souffrance qu'il va injecter et va déterminer les médicaments les plus appropriés.

Il fera un mélange de produits, le plus souvent trois, qu'il préparera dans une seringue devant vos yeux.

Il est évident et obligatoire de n'utiliser que du matériel stérile et à usage unique, seringue, aiguilles, kits. Vous n'avez aucun risque d'infection à craindre, le matériel utilisé n'est que pour vous. Le

mésothérapeute pourra injecter classiquement (à la main) ou à l'aide d'un pistolet injecteur (pousseur de seringue).

Les mélanges ne sont pas mystérieux, les produits sont vendus en pharmacie et votre médecin pourra vous donner toutes les informations sur sa pratique.

Il n'y a jamais rien à cacher, tout doit être clair et légal.

Dans la plupart des cas, les séances sont indolores ou presque, et ne laissent pas ou peu de marques.

Quelques exemples de pathologies traitées et comparaison entre médecine traditionnelle et mésothérapie

Le mal de dos

Qui n'a jamais eu mal au dos ? C'est ce qu'on appelle lombalgie, lumbago ou sciatique.

La plupart du temps votre douleur persiste, en passant par des phases aiguës et chroniques. Lorsque vous êtes en crise, la douleur est souvent aiguë et invalidante, d'autant qu'elle peut durer de plusieurs semaines à plusieurs mois.

En consultation de mésothérapie, il est fréquent de voir le patient après plus d'un mois de douleur et un parcours médical classique comme suit :

- une première consultation en médecine générale où le médecin traitant détecte le problème lombaire et va prescrire des anti-inflammatoires, des antalgiques et des décontracturants pendant une semaine. Le tout est accompagné d'un arrêt de travail pour la même période ;
- une deuxième consultation, une semaine après la fin du premier traitement qui montre plus ou moins d'amélioration ce qui oblige le médecin à renouveler sa prescription, l'arrêt de travail et à demander des examens complémentaires (radiographies, scanner, IRM). Il

ajoutera le plus souvent une prescription de kinésithérapie pour une dizaine de séances ;

- une troisième consultation à la fin des soins précédents, où l'amélioration est présente mais pas suffisante avec une gêne persistante touchant le patient dans les activités les plus simples.

Dans ce cas fréquent, le patient est alors dirigé vers le spécialiste rhumatologue qui complètera le bilan du généraliste par d'autres radiographies et analyses de sang. Le spécialiste sera alors amené à instaurer un nouveau traitement de même nature et de pratiquer deux ou trois infiltrations.

Je pense que beaucoup de patients se reconnaîtront dans ce tableau classique et fréquent. Les praticiens consultés, généralistes, rhumatologues, kinésithérapeutes, agissent tous avec compétence mais leurs moyens d'action restent limités. En finalité, ce seront toujours les même médicaments utilisés (anti-inflammatoires, antalgiques, décontracturants, corticoïdes) et administrés par voie générale (ou infiltration profonde) quel que soit le thérapeute.

La mésothérapie va agir localement sur la zone enflammée, directement sur les vertèbres lombaires, dans la peau ; et les produits ainsi injectés auront une concentration maximale sur la zone douloureuse.

Il suffira alors de deux ou trois séances rapprochées pour enlever l'inflammation responsable de la douleur.

En pratique, le mésothérapeute fera aussi un examen clinique complet pour établir un diagnostic, et il vous injectera localement et superficiellement dans la peau, selon une cartographie précise, un mélange de produits anti-inflammatoires, antalgiques , décontracturants, vasodilatateurs, dès la première consultation (interdiction formelle d'injecter des corticoïdes en mésothérapie).

Il fera alors une deuxième consultation entre le troisième et le septième jour, en variant le mélange selon la clinique. Après la première consultation, vous aurez 10 % à 20 % d'amélioration et après la deuxième, 50 % à 70 %. La troisième consultation, une semaine plus tard, vous apportera 90 % à 100 % de guérison.

La prescription de médicaments en mésothérapie aura été totalement négligeable, l'arrêt de travail limité au minimum ainsi que les examens complémentaires.

En résumé voici un tableau comparatif des deux traitements – médecine traditionnelle/mésothérapie – et de leur coût :

	Médecine traditionnelle	**Mésothérapie**
Consultation généraliste	3 x 25 euros	3 x 30 euros
Consultation spécialisée	2 x 45 euros	
Séances de kinésithérapie	100 euros	
Biologie	30 euros	
Médicaments	100 euros	15 euros
Arrêt de travail	> 15 jours	< 7 jours

La tendinite de l'épaule

Cette pathologie est très invalidante et très fréquente, elle va vous bloquer toute rotation du bras. Les douleurs sont aiguës et maximales la nuit, elles s'aggravent avec le temps qui passe et cela vous rend de plus en plus impotent car une tendinite peut durer deux ans, en moyenne.

Nous pouvons reprendre le même type de parcours médical que celui du mal au dos, car là aussi la médecine traditionnelle est peu efficace.

Il est classique que le patient commence à consulter en mésothérapie après deux mois de souffrance et après avoir tout essayé (anti-inflammatoires, antalgiques, infiltrations, kinésithérapie, etc.).

Le mésothérapeute traitera cette pathologie en cinq séances avec une efficacité proche de 90 %. Il ne pourra bien entendu traiter les cas chirurgicaux qui termineront au bloc opératoire.

La comparaison écologique et économique est dans ce domaine aussi très en faveur de la médecine douce.

Les jambes lourdes

Ce que l'on appelle plus médicalement l'insuffisance veineuse.

Cette pathologie est très fréquente chez la femme, surtout à l'approche de l'été. Cela provoque un inconfort clinique, chronique, une fatigabilité des jambes qui progresse au fil de la journée.

Les traitements classiques consistent en la prise de médicaments veinotoniques pour la circulation, en permanence, chaque jour et pendant au moins six mois par an.

Ces produits sont relativement peu efficaces ce qui a en partie motivé le déremboursement de la grande majorité d'entre eux, mais c'est le seul traitement disponible en médecine traditionnelle.

En mésothérapie, il vous suffira d'une séance tous les mois ou tous les deux mois pour avoir les jambes légères durablement. L'effet est immédiat et spectaculaire. Le traitement consistera à injecter le long des axes veineux de vos jambes, dans la peau, un produit vasodilatateur, veinotonique qui activera directement votre circulation.

Vous voyez sans peine l'économie que votre corps réalise avec ce traitement naturel.

La migraine

Souffrance ultime et rebelle, occasionnant une prise importante de médicaments aux effets secondaires multiples, des arrêts de travail, des consultations médicales fréquentes, etc.

La mésothérapie restera là aussi la technique de choix. Deux ou trois séances suffiront dans plus de 80 % des cas à vous soulager durablement et sans médication complémentaire.

Pour cela, il suffira le plus souvent d'injecter par mésothérapie un mélange de produits décontracturants, anti-inflammatoires, vasodilatateurs directement à la source (dans la grande majorité des cas, au niveau de la région cervicale haute et des points de souffrance).

Le coût engendré par la migraine est très important, tant en arrêts de travail, indemnités journalières, qu'en médicaments pris au long terme et de plus en plus chers. Il est évident que, sur cette seule pathologie,

les économies de santé seraient non négligeables en remplaçant la médecine allopathique traditionnelle par la mésothérapie ou l'acupuncture.

La mésovaccination

Un traitement souvent propre aux médecines dites douces est celui de la prévention et, dans ce domaine, la mésothérapie vous comblera par sa technique de mésovaccination.

Elle se pratique avant l'hiver et au printemps, et son but est d'augmenter les défenses immunitaires des patients, enfants ou adultes.

Les résultats s'apprécient pour la diminution des consultations dans le carnet de santé des enfants ainsi que des infections annuelles des patients, avec une meilleure résistance aux pathologies. C'est vraiment le traitement écologique par excellence.

La technique est très simple et totalement indolore, même chez les petits, puisque quelques injections cutanées superficielles sur deux à six points de la face suffiront.

Les produits utilisés sont des stimulants de vos défenses immunitaires. On utilisera par exemple le magnésium, la vitamine C, des microdoses du vaccin anti-grippal.

Le mésostress

Un autre domaine très important est celui de la pathologie liée au stress que ce soit l'anxiété, la dépression ou les symptômes cliniques et physiques qui en découlent (colopathies, palpitations, gastralgies, etc.).

Le traitement mésothérapique est appelé mésostress. Il est généralement effectué en trois séances. Il donnera des résultats remarquables accompagnés ou non d'un traitement complémentaire allopathique médicamenteux.

Les injections de mésothérapie utilisent des produits relaxants, décontracturants, déstressants, sur des points cutanés spécifiques utilisés aussi en acupuncture.

Dans tous ces cas, la puissance des produits – leur efficacité – provient du type d'administration. Localement sur les zones en souffrance, le médicament injecté est très concentré et ne se disperse pas : toute la puissance vient de là.

Reconnaissons que c'est très logique et compréhensible.

On remarque donc que, dans beaucoup de cas, cette médecine naturelle qu'est la mésothérapie apporte un énorme plus à la médecine traditionnelle.

La mésothérapie est comme le disait son inventeur le Dr Michel Pistor : « Peu, rarement et au bon endroit » :

- « Peu », car peu de quantité, peu de médicaments.
- « Rarement », car peu de séances, peu de consultations.
- « Au bon endroit », car il faut connaître les zones à injecter dans la peau, pour obtenir la guérison.

C'est à notre avis, la médecine complémentaire la plus efficace et qui mériterait d'être beaucoup plus connue et utilisée. Son seul défaut est de ne pas faire suffisamment vivre l'industrie pharmaceutique dans le système de la consommation et de la rentabilité mondialisée.

La société entière se plaint de l'excès de prise de médicaments, nous sommes les champions du monde, spécialité « tranquillisants », mais nous continuons à les promouvoir *via* la médecine traditionnelle.

Aucun produit médicamenteux n'est fait pour une prise à long terme et que savons-nous de leurs effets après 20 ans, 30 ans, 40 ans, voire plus de consommation ?

Que savons-nous du résultat du cumul des médicaments ingurgités, de leur mélange lorsque nous en avalons pour plusieurs traitements ?

Regardez vos ordonnances, combien de médicaments sont vraiment utiles ?

Peu ou pas d'étude analyse l'effet de l'association des médicaments de votre ordonnance, tout cela reste empirique.

Et notre cerveau ?

Supporte-t-il vraiment toutes ces années de drogues accumulées ?

Il est temps de réfléchir au bien-fondé de cette médicalisation orale de « confort » nécessaire à la bonne marche de la mondialisation et des rendements financiers.

Les personnes âgées qui se portent le mieux sont le plus souvent celles dont les ordonnances sont les plus courtes.

Le traitement de la cellulite : la mésodissolution

Nous avons vu par ces quelques exemples, tous les bénéfices que peut apporter la mésothérapie dans les pathologies rhumatologiques, sportives et générales, mais il nous reste à aborder un domaine très médiatique, celui de l'esthétique.

Nous parlerons uniquement du traitement de la cellulite et de cette découverte remarquable appelée mésodissolution.

Qu'est-ce que la mésodissolution ?

C'est une technique de mésothérapie récente inventée en 2004 qui consiste à injecter dans la couche profonde de la peau (l'hypoderme), un mélange de produits qui va faire éclater les cellules graisseuses et drainer, éliminer cette graisse dans le circuit vasculaire et digestif.

Les injections se font strictement dans la peau avec une petite quantité de produit (20 ml) et cela évite toutes possibilités de complications.

Cette technique est l'une des seules ayant prouvé son efficacité sur plus de 3 000 patientes dans le cadre d'une étude multicentrique et universitaire (étude du Dr Bonnet et de ses collaborateurs, déjà citée).

Les résultats ont montré une diminution de plus de 30 % du tissu graisseux cutané, dès la 6e séance, grâce aux mesures échographiques.

Ces résultats se sont confirmés après quatre ans d'études complémentaires et un suivi de pharmacovigilance qui n'a montré aucun effet indésirable.

La satisfaction des patientes dépasse les 85 %. Cela paraît extraordinaire et inimaginable.

En effet, vous ne verrez pas de publicité car cette technique ne fait rien vendre, pas de machine, pas de produits coûteux. C'est une technique

scientifique qui est enseignée par l'AMME à ses adhérents médecins sans aucun profit.

Les sociétés commerciales n'ont rien à gagner avec cette simplicité et préfèrent utiliser les machines compliquées et multiples, qu'elles vont vendre à grand renfort de publicité. En utilisant des procédés d'injection très traumatisants et dangereux (grosse quantité de produits, 500 ml à 1 litre, très profondément sous la peau, avec une aiguille de 10 cm ou plus).

En revanche, c'est le bouche à oreille, les *chats*, l'internet qui fonctionnent à plein régime pour louer cette innovation qu'est la mésodissolution. Le patient est souvent le meilleur juge.

Le zona

Les vésicules de zona sont comme des brûlures intenses et la douleur est insupportable et peut durer bien après l'arrêt de l'éruption, plusieurs années après. Le traitement par mésothérapie est essentiel car non seulement le zona mais aussi les douleurs « post zona » (post-zostériennes) sont stoppés.

En effet, lorsqu'un patient se présente au début de son zona, dans la première semaine, nous allons pouvoir arrêter immédiatement l'évolution de la maladie en une seule séance et cela sans aucun médicament.

Nous voyons donc le patient une première fois et injectons les produits de mésothérapie localement sur les vésicules, dans le but de renforcer l'immunité. Cela permet de sécher les vésicules déjà apparues dans les trois jours. Une seconde séance de contrôle a lieu trois jours après et généralement c'est terminé.

Comparaison des coûts

	Médecine traditionnelle	Mésothérapie
Consultation généraliste	4 x 25 euros	2 x 30 euros
Médicaments	100 euros	10 euros
Arrêt de travail	> 15 jours	< 7 jours

L'arthrose du genou

Mme Geneviève X, âgée de 68 ans, consulte sur les recommandations de son chirurgien orthopédique.

Son histoire est classique et peut être résumée ainsi : cela fait plus de six mois qu'elle souffre de son genou droit. La douleur est apparue après une journée de visite touristique dans des grottes où elle a dû monter et descendre beaucoup de marches.

Elle a consulté son médecin traitant qui, après lui avoir fait passer des radios et fait le diagnostic de crise d'arthrose, lui a prescrit des anti-inflammatoires, des anti-ulcéreux associés, de la crème et un antalgique, pour une durée de dix jours.

Ne voyant aucune amélioration, elle consultera encore deux fois son médecin qui finira par l'envoyer faire dix séances de kinésithérapie. La douleur du genou persiste encore après cela (durée maintenant de trois mois). Le médecin consulté décide de l'adresser à son confrère rhumatologue qui complétera les radiographies par une IRM du genou et décidera de pratiquer trois infiltrations de cortisone. N'ayant pas obtenu de bon résultat, il va essayer les injections de suppléments visqueux (acide hyaluronique).

Au bout de cinq mois, la patiente souffre encore et ne peut toujours pas marcher correctement, elle décide alors de consulter un chirurgien. Celui-ci confirme que son genou est usé par l'arthrose, mais qu'il n'y a pas encore d'indication à opérer et qu'elle est encore trop jeune pour une prothèse. Connaissant particulièrement la mésothérapie, il nous l'adresse pour trois séances avant de la revoir.

Nous aurons besoin de trois séances espacées d'une semaine puis d'une quatrième quinze jours après pour que la patiente retrouve enfin la capacité à marcher durablement sans difficulté et de mener à nouveau son train de vie.

Le traitement local de mésothérapie a eu raison de son inflammation arthrosique.

Depuis nous voyons de temps en temps cette patiente lorsque son genou se réveille et deux ou trois séances par an suffisent à la soulager. Tant que cela durera, nous retarderons ainsi la chirurgie.

Inutile de vous faire la comparaison chiffrée mésothérapie/médecine classique, car l'évidence saute aux yeux. Sans compter le temps perdu….

La chute des cheveux

Mme Annick X, 52 ans, est une femme active, travaillant sur Paris. Depuis deux mois, elle s'inquiète de la chute de ses cheveux qui « bouchent le lavabo » comme elle le souligne. Elle a consulté son dermatologue qui lui a fait faire un bilan biologique et toutes les analyses se sont révélées normales. Elle a alors pris les médicaments classiques multivitaminés, lotions, a dépensé beaucoup d'argent sans résultat sur la chute des cheveux.

Sur les conseils de sa coiffeuse, elle vient nous consulter. Nous lui faisons quatre séances de mésothérapie locale et obtenons l'arrêt de la chute.

Comparaison de coûts

	Médecine traditionnelle	Mésothérapie
Consultation spécialiste	2 x 50 euros	4 x 30 euros
Médicaments	100 euros	10 euros

La dorsalgie aiguë

Vous avez peut-être eu un jour une douleur qui vous a bloqué la respiration, douleur à la fois dans le dos et au niveau du poumon ou du cœur. Elle survient souvent la nuit lorsque vous êtes dans votre lit.

Vous consultez parfois en urgence, ayant peur d'un problème cardiaque ou pulmonaire. Évidement les résultats sont bons et l'on vous donne des traitements antidouleur qui ne vous soulagent que très faiblement et passagèrement.

Il nous suffira de deux séances de mésothérapie à trois jours d'intervalle, accompagnées d'une petite manipulation vertébrale pour vous libérer.

Là aussi, nous utilisons très peu de médicaments et pas d'arrêt de travail.

L'examen est essentiellement clinique et la souffrance locale sur vos vertèbres dorsales est traitée directement.

La névralgie cervico-brachiale : « la sciatique du bras »

Nous pouvons reprendre le « parcours patient » de la lombalgie ou de la sciatique, car il est très souvent similaire.

Les dépenses comparatives aussi, car trois séances de mésothérapie suffisent dans la plupart des cas à soulager le patient.

Comparaison de coûts

	Médecine traditionnelle	Mésothérapie
Consultation généraliste	3 x 25 euros	3 x 30 euros
Consultation spécialisée	2 x 45 euros	
Séances de kinésithérapie	100 euros	
Biologie	30 euros	
Médicaments	100 euros	15 euros
Arrêt de travail	> 15 jours	< 7 jours

La tendinite du coude

M. Michel X est âgé de 41 ans, il est en bonne santé générale, il aime beaucoup jardiner le week-end. Son histoire commence justement après un week-end où il a dû couper, tailler au sécateur tous ses rosiers. Il a ressenti une gêne au coude qu'il a négligée pendant une bonne semaine mais qui est devenue douloureuse et invalidante progressivement, jusqu'à l'empêcher de s'endormir. C'est ce qui l'a amené à consulter son médecin. Celui-ci a vite diagnostiqué une « épicondylite » ou une tendinite du coude. Il a donc commencé par lui prescrire une radiographie puis donné des anti-inflammatoires en comprimés et des pommades calmantes. La douleur persistant après dix jours, Michel consulte à nouveau, son médecin lui donne de nouveaux médicaments ainsi que des séances de kinésithérapie. Une fois les séances de kinési-

thérapie terminées, Michel a toujours aussi mal, même plus, il est de plus en plus gêné, au point de craindre de serrer la main, de porter le moindre objet comme une carafe.

Son médecin lui fait alors des infiltrations de cortisone. À la deuxième infiltration, devant le manque de résultats, il décide de consulter en mésothérapie (deux mois après le début).

Notre traitement entre dans un protocole bien spécifique qui nous amène à lui garantir à 90 % la guérison en cinq séances de mésothérapie. C'est effectivement ce qui arrive, et il peut reprendre son sécateur et se détendre au jardin.

« Bilan des courses » : beaucoup de temps perdu et de souffrance, beaucoup de dépenses inutiles, de traitements « non écologiques ».

Comparaison de coûts

	Médecine traditionnelle	Mésothérapie
Consultation généraliste	4 x 25 euros	5 x 30 euros
Consultation spécialisée	2 x 45 euros	0
Séances de kinésithérapie	100 euros	0
Radiologie	20 euros	0
Médicaments	120 euros	18 euros

Nous pourrions continuer ainsi sur beaucoup de traitements où la mésothérapie abaisse nettement le coût des soins traditionnels. Ne pensez pas que ces exemples sont imaginaires, promotionnels ou irréels, ce sont nos consultations journalières régulières. Notre but n'est pas de vous faire croire que la mésothérapie doit remplacer la médecine traditionnelle, mais qu'elle doit y entrer comme thérapeutique à part entière.

Il faut seulement être rationnel et ne pas fermer les portes à toutes médecines ou thérapeutiques « différentes ». Privilégier la santé publique, le bien-être des patients, aux cotes boursières des sociétés pharmaceutiques.

Acupuncture et méso-acupuncture

Histoire de l'acupuncture

À l'heure où Pythagore jetait les jalons de la philosophie grecque, Confucius codifiait déjà la Pensée chinoise selon deux structures mentales différentes, qui vont influencer définitivement deux modes de pensée, deux méthodes de travail, bref deux philosophies de l'action et du comportement devant la même situation.

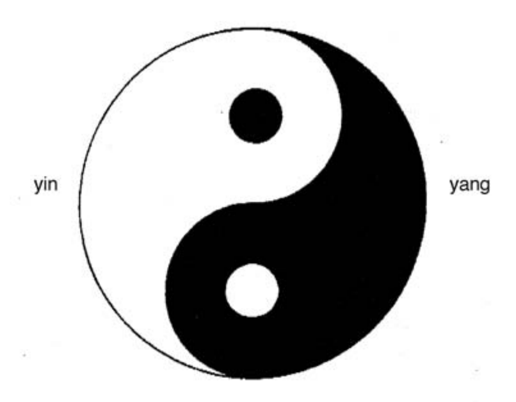
En Occident, il faut attendre Aristote et surtout Descartes pour voir une forme de pensée et de raisonnement émerger à jamais dans la logique du *Discours de la méthode*.

Même si les pharmacopées chinoise et occidentale n'ont fait des progrès significatifs utiles à la médecine que depuis cinquante ans, la psychothérapie et la médecine « comportementale » selon les modèles chinois et occidentaux existent depuis plusieurs siècles.

La pensée chinoise opère selon un principe général *yin – yang*, s'exprime par idéogramme, « raisonne » par symboles opposés et complémentaires d'un même objet à deux facettes, yin et yang, fluide et flexible entre deux extrémités, à la recherche d'un point médian de l'équilibre ; cette recherche permanente du point médian de l'équilibre constitue la méthode du « juste milieu » selon un rythme ternaire, qui exprime les deux extrêmes opposés *Yin* et *Yang* et le point d'équilibre *E* entre le Yin et le Yang.

La méthodologie occidentale selon le modèle d'Aristote ou de Descartes est une méthodologie « binaire », qu'il s'agisse de deux choses opposées et distinctes, ou deux choses reliées par un lien de causalité.

COUPLE ÉNERGÉTIQUE YIN YANG



En Occident, nous disons que quelque chose est bien ou mal, normal *N* ou pathologique *P* ; le *N* doit détruire le *P* pour guérir, alors que dans la dialectique chinoise, il y a un aller-retour permanent entre « bien et mal », un va-et-vient incessant entre *N* et *P*, à la recherche d'un point d'équilibre *E*, et non de la destruction de *P*.

Plus précisément en médecine occidentale, on va chercher à neutraliser, à détruire le pathologique pour obtenir la normalité ; en médecine chinoise on va aller à la recherche d'une situation d'équilibre entre la pathologie et le normal, « une coexistence pacifique » entre l'agent agresseur (stress ou germe) et le terrain agressé (le patient) : ici on ne détruit pas, on régule, on ajuste, on rééquilibre ; schématiquement la formule serait *N-E-P*, et non *N* ou *P*.

L'art thérapeutique chinois ne consiste pas à faire disparaître l'un au profit de l'autre ou selon une célèbre expression à « tuer le malade en voulant détruire le germe », mais à redresser la distorsion qui perturbe le fonctionnement harmonieux entre l'individu et un environnement.

Plus particulièrement dans le domaine de l'acupuncture, l'aiguille est une clef qui va ouvrir une porte ou fermer une vanne pour rééquilibrer une surcharge – ou un déficit – d'énergie dans un canal virtuel que l'on nomme *méridien***.**

L'ensemble des méridiens superficiels (sur la peau) et profonds (dans les organes et viscères) constitue un véritable réseau qui communique avec

l'extérieur par des points d'importance variable allant du « portillon » au « portail », et à partir desquels on peut agir grâce à l'aiguille selon des actions de type « stimulation – ralentissement – régulation – restauration », mais sans destruction ni neutralisation définitive.

Les méridiens prennent parfois des noms d'anatomie occidentale (cœur, vessie, rein, gros intestin, etc.), mais là aussi il faut décoder la lettre chinoise pour comprendre l'esprit chinois correspondant, en Occident, à la sémantique de ces méridiens et des points.

Les méridiens représentent à la fois des contenants et des contenus, des sources d'énergie et des terminaux cutanés ; tout se passe comme si on était en présence d'un système hydroénergétique avec des sources d'énergie (« organes Yin ») des tuyaux (« viscères Yang »), des circuits ou méridiens principaux (PM) et des circuits ou méridiens superficiels dits méridiens tendino-musculaires (MTM) ; puis on conçoit des vaisseaux d'interconnexions dits « vaisseaux extraordinaires » ou « vaisseaux merveilleux » (VM) du fait qu'ils relient des systèmes intégrés à un type de viscères (cœur, cerveau, rate, foie, etc.), à un appareil locomoteur, à la peau, etc.

Schématiquement et concrètement, chaque méridien, chaque point d'acupuncture correspond au croisement (et à la superposition) d'une fonction viscérale (sur les organes de notre corps), d'une fonction neuromusculaire (nos muscles et nos nerfs), d'une fonction cérébrale, et d'une fonction émotionnelle.

Ainsi le point 36^{E}, qui veut dire le *point 36 Estomac* qui se trouve à la face externe du genou, aura :

- une action sur les spasmes de l'estomac (viscère) ;
- une action sur la mobilité et la douleur du genou ;
- une action psychique de type détente (neuro-sédatif) ;
- une fonction émotionnelle de type anti-stress (anxiolytique).

Après cette introduction explicative pédagogique, nous allons aborder les autres parties de notre sujet qui sont :

- le décodage occidental de l'acupuncture chinoise ;
- les techniques thérapeutiques en acupuncture médicale ;
- les indications thérapeutiques en acupuncture ;
- les indications thérapeutiques de la méso-acupuncture.

L'acupuncture est une technique de traitement destinée surtout aux troubles du fonctionnement de nos organes comme les troubles spasmodiques musculaires (spasmes) ou émotionnels ; en général quand la maladie est très avancée et qu'elle réalise des inflammations, l'acupuncture est inopérante, car c'est déjà trop tard.

C'est en agissant au stade précoce que l'acupuncture va pouvoir agir à titre préventif, ainsi qu'en cas d'alarmes minimes ou modérées de type mauvais fonctionnements viscéraux, neurologiques ou musculaires, comme les contractures, le stress ou l'anxiété.

La mésothérapie (microdoses médicamenteuses par voie locale) constitue une arme thérapeutique intermédiaire entre acupuncture et allopathie (médicaments par voie générale dans la médecine traditionnelle).

L'association des deux techniques dite « méso-acupuncture » est un procédé mixte qui permet aux patients et sur certains traitements, de profiter des avantages des deux procédés thérapeutiques, en particulier sur le plan de l'efficacité et de la tolérance.

Nous avons analysé dans les lignes précédentes comment il fallait « lire » et « penser » à propos des méridiens et des points en acupuncture, selon la philosophie chinoise.

Pour résumer et en se rapprochant de notre philosophie occidentale, chaque point, chaque groupe de points distribués sur un méridien traduit plusieurs fonctions :

- viscérale, pour agir sur un organe ;
- neuromusculaire, pour agir sur un nerf et ou un muscle ;
- cognitive (une pensée) avec une action stimulante ou inverse (sédative) ;
- émotionnelle (un sentiment) avec un effet régulateur.

Tout se passe comme si pour chaque point on disposait d'un médicament multifonctions : contre le spasme d'un viscère, contre la douleur d'une articulation, une action bénéfique sur la pensée, une action contre une anxiété ou une dépression.

Chaque point selon sa situation (centrale ou périphérique) va avoir une fonction prépondérante par rapport aux autres fonctions : ainsi les points sur le thorax et l'abdomen vont surtout avoir des actions locales

sur la douleur (action somatique), et les points aux extrémités distales – coudes, poignets, genoux, chevilles – vont surtout avoir des actions psychologiques et émotionnelles.

Il y a lieu d'exposer ces deux types de philosophie dans un esprit explicatif et pédagogique, et non idéologique et polémique ; en effet, un jugement de valeur n'a de sens que si l'on définit un sujet selon les mêmes critères d'évaluation, et un objectif selon les mêmes normes : or ici l'objectif et la définition du sujet sont différents.

Le système philosophique scientifique occidental procède par étapes, par niveaux successifs, allant d'une théorie (hypothèse) à la preuve clinique statistique, en passant par la preuve expérimentale sur l'animal ou par la preuve biologique.

Dans le système philosophique chinois, on procède par une construction intellectuelle globale, puis on observe les résultats cliniques sur une très longue période étant entendu que la prévention est la clef du traitement, car le rééquilibrage préalable (selon les règles du concept général) empêche les maladies graves et irréversibles de se constituer.

Ainsi cette médecine s'adresse d'abord à des dysfonctions (maladies en voie de développement), alors que la médecine occidentale est d'abord curative (maladies avancées et vérifiables objectivement).

Schématiquement : Orient = Préventif ; Occident = Curatif.

En Occident, on attribue l'action de l'aiguille acupuncturale dans le meilleur des cas à une action ionique où l'aiguille jouerait le rôle d'une pile qui faciliterait la circulation des ions potassium (K^+), calcium (Ca^{2+}), sodium (Na^+), magnésium (Mg^{2+}), ou à une action sur le nerf (action « neuronale »).

L'aiguille stimulerait un neurone, et ce sont ses sécrétions endocriniennes d'endorphine ou de sérotonine qui atténueraient la douleur et les réactions de stress.

Cette traduction occidentale de l'acupuncture chinoise paraît très séduisante intellectuellement, mais elle ne peut se concevoir qu'en amont de la maladie c'est-à-dire à la phase de « dysfonctions » et de prévention et non à la phase des tumeurs, ulcères ou infarctus déjà constitués et plus ou moins réversibles.

De plus, les Chinois eux-mêmes adoptent actuellement une grande partie de la médecine occidentale, en particulier en chirurgie et en pharmacopée classiques (médicaments curatifs).

La Chine est aujourd'hui le premier fournisseur mondial de matières premières pharmaceutiques, mais cela n'empêche pas les médecins chinois de pratiquer encore l'acupuncture dans certaines indications privilégiées.

Dans tous les cas, ils gardent l'esprit et la philosophie de la médecine chinoise dans sa conception de l'être humain « global » et dans son souci de traiter d'abord préventivement les dysfonctions (signaux d'alarme précoces) avant que les maladies graves organiques ne s'installent définitivement.

Les principes de l'acupuncture

Les techniques acupuncturales constituent des modalités (ou processus), réunissant des groupes de points donnés en vue de traiter une pathologie plus ou moins précise.

En médecine chinoise, on va d'abord opérer une classification des points et des méridiens :

- les méridiens principaux gèrent les dysfonctions des viscères et des organes plus ou moins profonds ;
- les méridiens tendino-musculaires gèrent les pathologies douloureuses des nerfs, des muscles et des articulations périphériques ;
- les méridiens merveilleux ou curieux, régulent « les connexions » entre organes (profonds), appareils (superficiels), les fonctions cognitives (de la pensée) et les fonctions émotionnelles (sentiments).

Citons les deux vaisseaux principaux : le *vaisseau conception* (VC) sur la face antérieure du corps, et le *vaisseau gouverneur* (VG) en arrière, sur la colonne vertébrale.

Ainsi la technique dite de « la petite piqûre » ou de la « grande piqûre » va agir sur des points locaux douloureux (points *Mo*) en « dispersion »

comme un extincteur, ou sur des points aux extrémités distales (points *Ting*) en « tonification » comme un stimulateur.

Par exemple pour traiter une tendinite de l'épaule, on va piquer d'une part des points locaux douloureux sur l'épaule en « dispersion » (pour neutraliser l'inflammation d'un tendon) et, d'autre part, des points non douloureux aux extrémités distales des doigts qui vont stimuler un long circuit nerveux ou neuroendocrinien qui va faire sécréter dans le cerveau des endorphines qui agissent comme des anti-inflammatoires.

Donc on réalise un traitement local sur l'épaule proprement dite (anti-inflammatoire) et un traitement général (endocrinien), stimulé par le cerveau à partir des extrémités distales.

Le concept chinois va parler de « désengorger » un méridien en excès d'énergie au profit d'un autre méridien en déficit d'énergie, grâce à un point de dérivation ou de régulation (point *Ting* ou point *Lo*).

Tout se passe comme si un médecin occidental donnait dans sa prescription un médicament anti-inflammatoire et un médicament antidépresseur.

Ainsi, en médecine chinoise, on parle de régulation de l'énergie grâce à des méridiens curieux, ou merveilleux, ou extraordinaires, pour traiter des céphalées ou des migraines rebelles à travers une théorie intellectuelle pure.

En médecine occidentale on parlera de points en les définissant par leur situation anatomique, par exemple les couples de points seront définis comme des points para-articulaires distaux « mains – chevilles ». On va les comparer à un groupe témoin qui sera traité par quatre autres points dits placebo, puis on va comparer l'évolution des deux types de traitements sur les deux catégories de points à propos de malades porteurs de migraines par exemple, les deux groupes étant tirés au sort ; de plus, on cherchera à voir s'il y a eu sécrétions endocriniennes spécifiques, grâce à des analyses de sang). Les résultats sont dits subjectifs dans le premier cas et objectifs dans le deuxième cas.

Mais la médecine chinoise considère que l'être humain est fait d'objectif et de subjectif, il y a lieu d'analyser un effet mixte et un effet global, et non des petits morceaux d'un même individu.

Quelle que soit l'approche méthodologique, le concept chinois revendique l'intégralité de l'individu, le respect de tout son corps, de son esprit, et de ses sentiments, sans rien détruire, sans rien neutraliser ; il prétend seulement harmoniser et rééquilibrer les différentes facettes de l'être humain.

Qui peut profiter de l'acupuncture et de la méso-acupuncture ?

L'acupuncture peut être pratiquée sur toutes les personnes sans contre-indication véritable, seulement quelques précautions dans des cas extrêmes et surtout dans des non-indications. Dans la méso-acupuncture, il en est de même, avec la spécificité ajoutée de la mésothérapie que vous trouverez dans un autre chapitre de ce livre.

Que va traiter l'acupuncture ?

Le champ d'application de l'acupuncture est le suivant :

- la promotion de la santé en général et du bien-être en particulier ;
- la prévention des maladies qui entre pleinement dans notre concept d'écologie et d'économie médicales ;
- le traitement de certaines pathologies, principalement de nature fonctionnelle, c'est-à-dire des anomalies dans le fonctionnement des organes.

Nous allons vous énumérer quelques pathologies prises en charge par l'acupuncture et la méso-acupuncture à différents niveaux.

- En rhumatologie :
  - maladies rhumatismales périphériques (tendinite, torticolis, lumbago),
  - névralgies dites communes (sciatique-névralgie cervicobrachiale),
  - arthroses (certaines) surtout au rachis, mais aussi au genou ;
- En médecine sportive : microtraumatologies sportives (les entorses bénignes) ;

- En médecine générale :
  - maux de tête (céphalées) : certaines céphalées en rapport avec l'arthrose de la nuque,
  - certaines migraines, surtout celles en rapport avec le stress,
  - certaines hypertensions artérielles, surtout celles en rapport avec le stress/anxiété,
  - certaines tachycardies (accélération du rythme cardiaque), celles en rapport avec le stress et le surmenage,
  - certains troubles de la sphère ORL (toux sèche, bronchite, rhinite à répétition),
  - certaines maladies digestives : douleurs intestinales, colites avec spasmes,
  - certains troubles intestinaux fonctionnels : constipation – diarrhée,
  - certaines maladies urinaires passagères : douleurs à la miction, brûlures,
  - certains troubles urinaires : mictions fréquentes et répétées le jour et la nuit,
  - certaines mauvaises fonctions sexuelles : éjaculation précoce chez l'homme – frigidité chez la femme,
  - certaines affections de la peau : démangeaisons fréquentes et répétées,
  - stress excessif, anxiété, angoisse, poussées dépressives,
  - aide au traitement anti-tabac (méso-acupuncture) ;
- En médecine esthétique : cellulite – obésité modérée (méso-acupuncture).

Quelques observations et remarques importantes

L'acupuncture sera efficace surtout si la composante psychique est prépondérante.

Si la composante organique ou inflammatoire est prépondérante, c'est la méso-acupuncture qui sera plus efficace.

Dans les tumeurs, surtout cancéreuses, dans les lésions organiques, dans les maladies sanguines, les maladies infectieuses, notamment, c'est à la médecine classique qu'il faudra recourir.

Votre meilleur conseiller sera votre médecin traitant en général, et l'avis d'un spécialiste hospitalier sera incontournable dans les cas graves ou rebelles.

En cas de dépression est trop importante, les médicaments anti-dépresseurs classiques seront exigés, en plus de l'acupuncture.

Dans un bon nombre de cas, on devra associer acupuncture et mésothérapie

L'acupuncture a un effet surtout sur la part psychique, alors que la mésothérapie est surtout indiquée dans la douleur aiguë et inflammatoire lors de certaines affections rhumatismales.

Qui peut pratiquer l'acupuncture ?

Obligatoirement des médecins et de préférence titulaires d'un diplôme interuniversitaire (DIU) d'acupuncture et (ou) de mésothérapie, car la formation est complexe et ne supporte pas l'improvisation.

En France, vous pourrez trouver les informations auprès de l'Association française d'acupuncture (www.acupuncture-france.com).

Comment va se passer une consultation d'acupuncture ?

Après un entretien préalable comme pour toute consultation médicale, à la recherche des symptômes et des signes cliniques, le médecin acupuncteur fera un examen traditionnel des pouls chinois, et un examen clinique classique occidental.

Une fois le diagnostic établi, il préparera son patient pour le traitement en recherchant les points à traiter, et en veillant à respecter la plus grande asepsie.

L'utilisation d'aiguilles à usage unique, jetables est recommandée. La stérilisation des aiguilles est possible, mais doit être rigoureuse.

Coût des séances d'acupuncture et exemples de traitement

Le nombre de séances nécessaires varie d'une personne à l'autre ; en général une à dix séances suffisent, avec une moyenne de cinq séances.

Si aucun effet thérapeutique bénéfique n'est obtenu après la cinquième séance, il est logique de ne pas poursuivre le traitement et de « revoir sa copie ».

Dans les problèmes aigus, il est possible de faire deux ou trois séances par semaine (par exemple dans un cas de lumbago).

En revanche dans les problèmes chroniques (stress, dépression), on traitera le patient de préférence à raison d'une séance par semaine ou par quinzaine, en espaçant en fonction de l'amélioration obtenue et de la demande du patient.

Un traitement d'entretien de quelques séances par an sera préconisé dans certaines pathologies dites de terrain, comme une fatigue ou des infections chroniques.

Dans la plupart des cas l'acupuncture demande trois ou quatre séances. Le tarif de la consultation varie de 25 à 60 euros en moyenne, et la part prise en charge par la Sécurité sociale dépend du mode de conventionnement du médecin.

La méso-acupuncture

La mésothérapie utilise des produits qui sont injectés sur certains points d'acupuncture et cela peut s'avérer très intéressant car elle va alors renforcer l'acupuncture avec un effet synergique.

D'où l'intérêt de la méso-acupuncture, un nouveau concept mixte, que nous allons traiter à présent.

Principe général

Nous avons vu précédemment les limites de l'acupuncture dans certaines affections, notamment les souffrances articulaires très inflammatoires.

Mais aussi l'action particulièrement efficace de l'acupuncture dans certaines affections psycho-émotionnelles.

Cette technique associant ces deux modes de traitement s'appelle la méso-acupuncture.

La mésothérapie est une technique essentiellement basée sur l'effet *local* pour arrêter un processus douloureux inflammatoire, grâce à un mélange de médicaments classiques microdosés.

Cet effet permet d'arrêter rapidement la douleur et l'inflammation sur son site d'origine avec une très bonne tolérance générale et locale (grâce à la microdose du médicament et à sa non-dispersion dans tout l'organisme).

L'acupuncture va surtout agir sur la composante générale, psychique et émotionnelle, d'une affection.

Concrètement, la mésothérapie sera pratiquée localement au site de la douleur (le siège de l'inflammation).

Quelques exemples de pathologies traitées et comparaison médecine traditionnelle et acupuncture

■ Une sciatique avec une grande anxiété

- localement : injections en mésothérapie sur le rachis lombaire au départ de la sciatique, avec des microdoses médicamenteuses. Le mélange injectable pourra utiliser un anesthésique, un anti-inflammatoire, un antalgique puissant ou un décontracturant musculaire ;
- localement et surtout à distance : les points d'acupuncture.

Témoignage

Mme Véronique X, jeune femme active de 42 ans, est venue consulter pour une sciatique persistante depuis un mois malgré les traitements répétés de son médecin traitant.

Ne voyant aucun résultat et surtout commençant à souffrir de l'estomac, elle refuse de prendre les anti-ulcéreux qui lui sont prescrits par son médecin, mais souhaite plutôt arrêter les anti-inflammatoires. C'est pour cela qu'elle consulte en acupuncture, en espérant trouver la solution, et le traitement de sa douleur devenue invalidante.

L'examen clinique confirme la sciatique et l'interrogatoire détaillé nous montre que cette femme est dans une période critique psychologiquement. Nous sommes dans les indications idéales pour commencer le traitement par méso-acupuncture : mésothérapie locale en injections microdosées, et acupuncture locale et à distance. Ainsi deux séances la première semaine et deux autres la semaine suivante suffiront à obtenir la sédation des douleurs.

Nous avons traité cette patiente dans sa globalité puisque le stress associé à sa douleur a disparu, et aucun médicament n'a été donné pour cela.

Une colite avec spasmes chez une patiente stressée avec constipation

- localement : petites injections de mésothérapie locale sur les points douloureux en regard du gros intestin en souffrance avec des microdoses médicamenteuses d'un antispasmodique intestinal ;
- à distance et localement : acupuncture sur les points de la colite.

Traitement anti-tabagique

Il s'agit d'un protocole validé par une étude du Dr Bonnet et de ses collaborateurs, portant sur 100 observations avec un succès dans 70 % des cas.

L'injection de produit de mésothérapie sur les points d'acupuncture améliore grandement les résultats. Les deux techniques s'associent et se potentialisent.

Le coût de la méso-acupuncture est négligeable, puisque les patients ne prennent aucun médicament ou timbre antitabac. Seules trois ou quatre séances peuvent suffire.

En revanche le coût des produits pour arrêter de fumer est très important.

Traitement anticellulite

Là aussi il s'agit d'une technique couplée, acupuncture et mésothérapie :

- points locaux : par mésothérapie sur les zones cellulitiques, selon une technique dite de mésodissolution, dont le principe comprend une phase d'attaque des cellules graisseuses par un mélange de faible concentration, et une phase drainante et détoxicante qui élimine l'eau et les toxines qui se trouvent sous la peau. Ce procédé a été validé par le Dr Bonnet et ses collaborateurs, à partir de 3 000 observations, dans une étude multicentrique (privée et universitaire) qui a montré, par des mensurations cliniques et échographiques, une réduction de 30 % du tissu graisseux sur six séances, la satisfaction des patientes sur le plan de l'efficacité dans 85 % des cas, et après un recul de trois ans de surveillance une excellente tolérance locale et générale ;
- points à distance : en acupuncture.

Ce traitement médical est le plus efficace actuellement, mais il ne fait vivre aucun laboratoire pharmaceutique ou fabricant de matériel, donc il bénéficie d'aucune promotion médiatique, mais seulement du *bouche à oreille*.

Témoignage

Mme Isabelle X est âgée de 48 ans, et est en pré-ménopause. Elle ne cesse de prendre de la cellulite aux hanches malgré des régimes alimentaires et la pratique régulière de la gymnastique. Cette cellulite s'est installée après sa dernière grossesse, il y a douze ans et rien ne semble l'arrêter. Le problème supplémentaire et aggravant est sa prise de poids progressive et sa faim permanente, encore plus marquante en fin de son cycle.

Nous décidons de prendre en charge cette patiente dans trois domaines : un suivi diététique, des séances de mésodissolution pour « dégraisser », de l'acupuncture pour diminuer sa sensation de faim.
Après une dizaine de séances, nous lui avons permis à nouveau de prendre plaisir à s'habiller et à se regarder dans le miroir.

Traitement d'une tendinite d'Achille au talon

Témoignage

M. Bernard X est artisan. Il travaille douze à quinze heures par jour et sept jours sur sept. Il doit se tenir debout toute la journée et porter de lourdes charges. Il a commencé à avoir mal au tendon du talon il y a deux mois, et a pris des médicaments antidouleur et anti-inflammatoire, sans obtenir d'effet. Son médecin lui a même fait une injection locale de cortisone qui a soulagé temporairement la douleur. Mais celle-ci revenait toujours.
Son talon présentait à la consultation d'acupuncture une tuméfaction et une rougeur avec douleur à la pression. Après cinq séances d'acupuncture le gonflement avait diminué, mais la douleur revenait toujours après le travail. Il y a fallu ajouter trois séances de mésothérapie pour que ses douleurs s'arrêtent définitivement malgré ses longues journées de travail.
Dans ce cas, seule l'association de l'acupuncture et de la mésothérapie a pu permettre à ce patient de guérir de sa tendinite. La médecine traditionnelle lui avait seulement donné un mois de médicaments, deux infiltrations, sans aucun effet.

Traitement d'un état dépressif

Témoignage

Mme Brigitte X déprime depuis des années et prend des médicaments antidépresseurs toute l'année. Ces médicaments sont devenus de moins en moins efficaces, et elle a dû augmenter les doses.

Elle est venue consulter pour des douleurs diffuses, du dos et des jambes.
Le traitement par acupuncture a consisté à soigner son état dépressif chronique. Après quatre séances, son état s'est amélioré ainsi que ses douleurs généralisées. Après six séances elle se sentait beaucoup mieux, ce qui lui a permis de diminuer son traitement antidépresseur.
Il a fallu en tout une dizaine de séances pour qu'elle puisse arrêter complètement son traitement et retrouver l'envie de vivre.
Là aussi, l'acupuncture va permettre le sevrage médicamenteux pour une amélioration économique, écologique et surtout clinique.

À propos d'économie et d'écologie dans l'acupuncture

« Juste pour faire réfléchir »

Si nous prenons comme base un traitement moyen de cinq séances d'acupuncture, comme pour le mal de dos chronique ou un état de stress avec insomnie, le coût est de :

	Acupuncture	Médecine classique
Consultation	4 pour 120 euros	5 pour 120 euros
Médicaments	0	40 à 60 euros par mois

Nous pouvons voir rapidement l'économie générée par les soins d'acupuncture par rapport à la médecine traditionnelle. Cette économie provient principalement du coût des médicaments utilisés en médecine classique.

En dehors du gain économique, l'avantage écologique est encore plus en faveur de l'acupuncture qui régularisera positivement les énergies du corps et permettra sa détoxication.

À l'inverse, l'abus de médicaments quels qu'ils soient, et surtout les antidépresseurs et les anti-inflammatoires sont néfastes pour l'équilibre de nos organes et de notre mental.

Conclusion

Nous avons défini les principes généraux de l'acupuncture à la lumière de la philosophie chinoise, pour des raisons historiques, culturelles, et surtout pour bien comprendre l'état d'esprit d'une conception de la médecine :

- prévenir avant tout dès que certains signaux d'alarme s'installent ;
- réguler, harmoniser les comportements avant que les maladies graves irréversibles ne s'installent ;
- comme traitements curatifs, privilégier d'abord les procédés les moins agressifs (mésothérapie locale avec des médicaments micro-dosés) avant d'arriver aux thérapeutiques classiques souvent « lourdes » ;
- dans les formes graves déjà installées, se reporter au « consensus scientifique prouvé » et écarter raisonnablement toute théorie aléatoire non prouvée de certains gourous solitaires : le bon sens doit l'emporter sur l'idéologie.

Nous avons analysé les indications privilégiées (et les limites) de l'acupuncture, notamment les affections neuromusculaires et les mauvais fonctionnements viscéraux (ou dysfonctions des organes) avec stress ou anxiété prépondérants.

Nous avons proposé la méso-acupuncture comme alternative de choix dans certaines indications préférentielles, avant d'aboutir aux thérapeutiques classiques dont 20 à 30 % sont mal tolérées par les patients, même dans les premières semaines.

Il y a lieu de retenir de la méthodologie chinoise, l'unicité du corps, de l'esprit et des sentiments, en l'adaptant à la culture occidentale.

C'est ainsi que des facteurs diététiques et sportifs ont été intégrés récemment aux traitements médicamenteux dans une démarche thérapeutique à long terme.

De façon concrète, l'intérêt de la diététique et de l'exercice physique ont été démontrés dans la prévention et (ou) la réduction significative (30 à 50 %) du diabète, de l'infarctus du myocarde, des risques de complications vasculaires, des lésions dégénératives de l'arthrose et de l'ostéoporose.

Les limitations majeures de l'acupuncture comme de la mésothérapie sont constituées surtout par un déficit de budget en *Recherche et Développement*, aussi bien dans le secteur public que dans le privé.

En effet, en économie planifiée comme en économie de marché, le moteur majeur de l'innovation, c'est l'investissement et le retour sur investissement : c'est-à-dire la rentabilité.

Il serait souhaitable d'intégrer dans tout programme de recherche et de développement un aspect médicamenteux, qui répondrait de toute évidence aux impératifs d'une économie de marché, mais également d'intégrer les médecines complémentaires dans un esprit global et éthique.

C'est notre nouvelle conception d'un développement durable, en médecine, à savoir : réaliste, soucieux des progrès scientifiques, technologiques, et des investissements financiers, mais aussi éthique, respectueux de l'homme, et de l'environnement.

Pour en savoir plus

Soulié de Morant (G.), *L'Acupuncture*, Maloine, 1972.

Ming Wong et Ling-Shu, *Bases de l'acupuncture traditionnelle chinoise*, Masson, 1987.

Nan-King, *Les 61 difficultés de l'acupuncture* (commentaires de M. Mussat), Masson, 1979.

Husson (A.), *Huang Di Nei Jing Su Wen*, Association scientifique des médecins acupuncteurs de France, 1970.

Roustan (C.), *Traité d'acupuncture*, 3 tomes, Masson, 1978.

Auteroche (B.) et Navailh (P.), *Le Diagnostic en médecine chinoise*. Maloine, 1983.

Acupuncture, National Institutes of Health, Consensus Development Conference Statement nov 3-5; 15(5) :1-34, 1997.

British Medical Journal (BMJ) n° 319, 1999.

BMJ n° 320, 2000.

BMJ n° 321, 2000.

ANAES, *Prise en charge diagnostique et thérapeutique des lombalgies et lombosciatiques communes de moins de trois mois d'évolution*, Service des recommandations et références professionnelles, février 2000.

Commun Dis Public Health, n° 2, 1999, p. 137-40.

Homéopathie

Une autre médecine épargnera aussi votre corps tout en le soignant, car elle utilise des produits particuliers, des médicaments à doses infinitésimales, il s'agit de l'homéopathie. Nous allons la développer quelque peu.

Histoire de l'homéopathie

L'homéopathie est une médecine qui trouve ses racines vers 500 ans avant Jésus-Christ avec Hippocrate, encore considéré comme le plus grand médecin de toute l'Antiquité.

Hippocrate avait remarqué que « les mêmes choses qui provoquent le mal le guérissent ». Par exemple, une plante, l'ellébore blanc (*Veratrum album*) provoque des diarrhées avec vomissements et déshydratation en cas d'intoxication (prise de quantité excessive) et permet de guérir des malades atteints des mêmes troubles lorsqu'elle est administrée à faibles doses.

L'homéopathie fut expérimentée et développée par le Dr Christian Samuel Hahnemann, médecin allemand, vers 1790.

Il s'aperçut qu'un remède à base d'écorce de quinquina (origine de la quinine) pouvait aussi bien provoquer de la fièvre chez des personnes en bonne santé que soulager les fièvres tropicales chez les malades.

Après ses recherches en pharmacologie, il tira alors le principe de similitude : la même substance peut créer la maladie ou la guérir, tout dépendra de la dose. Il rejoignait les théories d'Hippocrate.

Il existe ainsi un *phénomène de similitude* entre le pouvoir toxicologique et le pouvoir thérapeutique d'une substance. L'homéopathie est donc une médecine qui étudie la toxicologie de nombreuses substances (végétales, animales, minérales, hormonales, etc.) et les regroupe dans une base de connaissance (« la matière médicale »), les manières de réagir des personnes (« les types sensibles »).

Le génie d'Hahnemann fut aussi de diminuer les doses des substances en les diluant, afin de réduire la toxicité au minimum. Il découvrit un autre principe homéopathique, celui de *l'infinitésimal*. Ce principe montre que plus les dilutions sont importantes, plus la puissance du remède augmente.

C'est le Dr Léon Vannier qui développa l'homéopathie en France durant toute la première moitié du vingtième siècle.

Il va fonder le centre d'études homéopathiques de France en 1931 afin d'assurer l'enseignement de base, la recherche et le développement de l'homéopathie.

Cet enseignement s'effectue sur trois ans (incluant cours théoriques et stages auprès du praticien à l'hôpital Saint-Jacques à Paris) et prépare au diplôme national délivré en conformité avec le programme européen d'homéopathie.

D'autres enseignements existent également en France depuis de nombreuses années et dispensent aussi un enseignement de qualité en deux ou trois ans.

L'homéopathie poursuit son essor et soigne des milliers de malades chaque jour dans le monde.

Principes de l'homéopathie

La médecine « classique » allopathique cherche :

- soit à détruire (un microbe, un virus, un parasite) avec un *anti*biotique, un *anti*viral, un *anti*parasitaire ;
- soit à inhiber chimiquement des phénomènes physiologiques d'une maladie (la production de fièvre, de produits inflammatoires, de spasmes, etc.) en utilisant un médicament *anti*thermique, anti-inflammatoire, *anti*spasmodique ;

- soit en combattant un excès (de cholestérol, d'acide urique, etc.) en utilisant un médicament *anti*cholesterol, *anti*-uricémiant ;
- soit en se substituant à la défaillance d'une substance physiologique (diabète, insuffisance hormonale, etc.) en apportant la substance défaillante.

En revanche, l'homéopathie accompagne la personne vers la guérison en la stimulant dans le sens naturel de sa guérison. Cela implique que la personne malade ait la capacité de réagir.

Les médicaments homéopathiques

Ils sont d'origine végétale, minérale, animale, hormonale.

Les substances actives sont fortement diluées de manière à ne pas être toxiques. Cette dilution est variable. Elle s'accompagne d'une dynamisation par agitation. Elle s'exprime en DH (dilution décimale Hahnemannienne), en CH (dilution centésimale Hahnemannienne), ou Korsakoviennes. La dilution est adaptée aux troubles ressentis par le malade. En simplifiant, plus le trouble est précis et isolé et n'engendre pas de troubles importants, plus la dilution est faible (en DH ou 4, 5, 7 CH). Plus le trouble est important et entraîne une répercussion sur l'état général, plus la dilution est élevée (9, 15, 30 CH).

Toutes les précautions sont prises pour éviter tout risque de contamination ou d'intoxication.

Les médicaments se présentent en granules (petites billes au goût sucré) regroupées en tubes ou en doses-globules (granules plus petites) qui sont sucées. La quantité de chaque prise varie de 2 à 5 granules ou 1 dose-globule à la fois.

Ils se prennent de préférence à jeun ou à distance d'un aliment ou d'un produit laissé dans la bouche.

La rapidité d'action des médicaments homéopathiques est souvent élevée, voire nettement supérieure à celle des médicaments allopathiques.

Qui peut profiter de l'homéopathie ?

Tout le monde peut tirer bénéfice d'un traitement homéopathique. Pour les tout-petits, il est nécessaire de faire fondre les granules dans un peu d'eau puis de donner cette eau à boire. Dès que les enfants peuvent sucer les granules, il est possible de ne plus les faire fondre. Les doses sont les mêmes quel que soit l'âge.

Que va traiter l'homéopathie ?

Pour répondre à cette question, le plus simple est de partir des médicaments homéopathiques et de leurs indications. Nous ne pourrons traiter que quelques remèdes, les plus connus, pour vous éviter de passer en revue toute la pharmacopée homéopathique.

Le but est de montrer les propriétés, l'efficacité et les caractéristiques précises du médicament homéopathique ainsi que l'alternative « naturelle » qu'ils procurent par rapport aux médicaments allopathiques classiques, sans en avoir les éventuels effets secondaires et pour un coût très modéré.

Cet exposé reprend les principales caractéristiques de ces médicaments afin de susciter la curiosité.

Pour vous faire mieux comprendre les indications, nous allons utiliser des exemples pratiques.

Les chocs, les plaies, les bosses – *Arnica montana* (l'arnica des montagnes)

Témoignage

La chute du petit dernier qui commence à marcher

Médicament très connu et utilisé en cas de traumatisme (contusion, hématome, plaie accidentelle ou chirurgicale), l'Arnica a conquis ses lettres de noblesse au quotidien. Qui n'a pas été surpris par l'amélioration rapide de la bosse sur le front que s'est faite le petit dernier, qui apprend à marcher, en tombant sur le carrelage et qui vient de sucer les cinq granules que lui a donnés sa maman ?

Garder un ou deux tubes en réserve est une sage prudence.

L'arnica est irremplaçable et ne possède pas d'équivalent en médecine allopathique.

Coût : 1,80 € le tube de granules.

Principales indications d'*Arnica montana* :

- Traumatismes (contusions, plaies, hématomes)
- Fatigues musculaires
- Atteintes capillaires ou veineuses (fragilité capillaire, sang dans les urines, varices douloureuses)

Le gonflement, l'œdème – *Apis mellifica* (l'abeille à miel)

Témoignage

La soirée barbecue dans le jardin

Aujourd'hui, c'est « soirée barbecue » chez nos voisins. L'apéritif est servi dans le jardin, sur la jolie pelouse fraîchement tondue. Tout se passe à merveille jusqu'au coucher du soleil. Dès que la nuit laisse tomber son manteau sur nos épaules, des nuées de moustiques s'abattent sur nos peaux appétissantes et font un festin. Nous rentrons précipitamment, mais quelques invités sont boursouflés de piqûres et se grattent rageusement. La maîtresse de maison, toujours prévoyante, distribue à qui en veut des granules d'Apis mellifica. Presque instantanément, les rougeurs s'estompent, les œdèmes disparaissent et les démangeaisons diminuent. C'est quasiment magique. La soirée n'est pas gâchée. Les invités retrouvent le sourire. Merci à la petite abeille d'avoir donné son corps pour apaiser nos souffrances.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
1 boîte de comprimés de Cortisone	5 €	Énervement/excitation Prise de poids Gastrite
1 boîte de comprimés d'antihistaminiques	6 €	Somnolence

Apis mellifica possède une action contre les œdèmes, très rapide. Le gonflement s'atténue souvent avant d'avoir terminé de sucer les granules. *Apis* évite le recours à la cortisone ou aux médicaments antiallergiques, en l'absence de gravité ou d'urgence médicale.

Principales indications d'*Apis mellifica* :

- Tous les œdèmes améliorés par le froid (piqûres d'insecte, furoncles, panaris, coup de soleil, urticaire, etc.)
- Conjonctivites
- Angines avec œdème de la luette

La fatigue, la peau sèche, l'inquiétude – *Arsenicum album* (l'arsenic blanc)

Témoignage

La convalescence de la grippe

La grippe de l'hiver dernier vous a fatigué. Vous être frileux, un peu amaigri, vous continuez à tousser régulièrement, les douches chaudes vous font du bien. Vous êtes un peu inquiet dans vos activités habituelles.

Arsenicum album est fait pour vous. Rapidement votre état général s'améliore, vous reprenez confiance dans votre corps. Votre appétit se rétablit. Vous ressentez que cette amélioration est profonde dans votre

organisme. *Arsenicum album* vous permet ainsi de recouvrer votre belle santé à peu de frais, et sans avoir recours à des stimulants qui pourraient vous exciter ou vous doper.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risque**
1 boîte de « Fortifiants »	10 à 20 €	Énervement Effet « coup de fouet » peu durable

Principales indications d'*Arsenicum album* :

- Gastro-entérites aiguës
- Intoxications alimentaires
- Douleurs brûlantes calmées par la chaleur
- Crises d'asthme, surtout la nuit
- Infections cutanées aiguës (abcès, furoncles, urticaire, eczéma)
- Fatigue générale, amaigrissement

La chaleur, la rougeur – *Belladonna* (la plante Belladone)

Témoignage

Les bouffées de chaleur de Mme M.

Mme M. se rend chez son amie Martine. Elles ne se sont pas vues depuis longtemps et sont ravies de se retrouver. Au bout de quelques minutes, Mme M. se sent envahie des pieds à la tête par une grande vague de chaleur. Elle rougit, transpire, retire son gilet, ouvre les deux premiers boutons de son corsage, s'énerve un peu et maudit sa ménopause récente. Elle a beau se dire que cela n'est pas grave, elle n'en peut plus de se sentir

submergée par cette vague de chaleur. Plus âgée que Mme M., Martine connaît bien ces troubles qu'elle avait traités au début par des hormones, avec succès. Mais les hormones lui font peur ; elle craint un cancer. Elle a donc choisi naturellement l'homéopathie et en particulier *Belladonna* (« la belle dame ») qu'elle garde toujours sur elle, au cas où… Bienheureuse Mme M. qui a pu ainsi bénéficier de cette expérience. Depuis, elle ne se sépare plus de son médicament chéri.

Les bouffées de chaleur de la ménopause vous incommodent jusque dans votre sommeil. Vous supportez très mal ces vagues soudaines qui vous envahissent de la tête aux pieds et vous font transpirer. *Belladona* vous apporte naturellement une diminution ou une disparition de vos bouffées de chaleur sans avoir recours à un traitement hormonal.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Œstrogènes (hormones) en patch, gel ou comprimés	4 à 8 €	Examen préalable +++ Surveillance médicale +++ Cancer
1 boîte de comprimés anti-bouffées de chaleur	4,40 €	Hypersensibilité au produit Intolérance au gluten

Principales indications de *Belladona* :

- Fièvre à début brutal
- Rhinopharyngites, angines, trachéites au début
- Inflammations débutantes
- Bouffées de chaleur
- Insolations
- Coliques hépatiques ou néphrétiques

L'épanchement de liquide – *Bryonia alba* (la plante bryone blanche)

Témoignage

La tendinite de Paul

Paul est un passionné de jardin et il a passé le week-end dernier à piocher et à tailler des arbustes au sécateur. Son poignet droit en a trop fait et il est très douloureux lorsque Paul refait le mouvement de la taille. Le tendon qui relève le pouce est gonflé et ne supporte pas la pression. La prise de cinq granules de *Bryonia* toutes les heures associée à de l'arnica apporte à Paul un soulagement rapide de l'inflammation. Il évite ainsi de prendre des médicaments anti-inflammatoires agressifs pour son estomac fragile et ses reins précieux.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Anti-inflammatoire en pommade / gel	2 à 3 €	Efficacité modérée Irritation cutanée
Anti-inflammatoire en comprimés/gélules	4 à 5 €	Gastrite/ulcère estomac Insuffisance rénale

Principales indications de *Bryonia alba* :

- Trachéites, bronchites
- Constipation
- Pleurites
- Douleurs articulaires aggravées par le mouvement et calmées par le repos
- Arthrites aiguës

La douleur, la colère – *Chamomilla* (la plante camomille)

Témoignage

La poussée dentaire de Léa

Léa a maintenant 3 mois et demi et depuis deux jours, elle pleure souvent, s'agite, ne dort pas bien. Seul le bercement la calme un peu. Sa première dent est visible sous la gencive tendue. Sur les conseils d'une amie, Julie, sa maman lui donne trois fois par jour une petite cuillerée à café d'eau dans laquelle elle a fait fondre cinq granules de *Chamomilla*. Rapidement Léa se détend, dort mieux et bientôt, la première quenotte pointe et tinte sur la petite cuillère. Naturellement. Vivons paisiblement dans un monde qui bouge.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Paracétamol sirop	1,90 €	Surdosage Ne calme pas l'agitation

Principales indications de *Chamomilla* :

- Perception excessive de la douleur
- Agitation

Les seins douloureux - *Folliculinum* (œstrogène)

Témoignage

Les seins douloureux d'Estelle

Estelle a 35 ans. C'est une très belle femme. Jean-Pierre, son mari, est très amoureux d'elle. Sa vie serait sereine si elle ne ressentait, durant les dix jours qui précèdent ses règles, une tension au niveau des seins difficilement supportable. Le soutien-gorge la comprime. Elle ne peut plus dormir sur le ventre. Jean-Pierre, pourtant si doux et attentionné, ne peut même plus effleurer sa poitrine tant elle est douloureuse. C'est insupportable. Estelle a consulté son médecin qui lui a conseillé dans un premier temps un gel et un traitement hormonal. Le gel est froid à appliquer et est inconfortable. Les hormones lui ont fait prendre 3 kg en deux mois. Elle retourne consulter son médecin qui rentre de formation sur l'homéopathie et qui a découvert que Folliculinum est proposé en cas de tensions douloureuses dans les seins. Il rédige une ordonnance en indiquant à Estelle de prendre une dose de Folliculinum 15 CH tous les quinze jours. Le résultat est rapide et spectaculaire. La tension disparaît très rapidement. Au bout de trois mois, Estelle décide de ne plus prendre Folliculinum car sa poitrine a retrouvé son état normal. Estelle et Jean-Pierre dégustent leur bien-être retrouvé.

La tension douloureuse des seins est très souvent d'origine hormonale. Il existe un déséquilibre entre le taux des œstrogènes et celui de la progestérone.

La prise de *Folliculinum* en période douloureuse calme rapidement et durablement la tension sans effet secondaire néfaste, et pour un coût très faible.

Folliculinum évite la prise de médicaments progestatifs qui ont parfois une action virilisante sur les femmes.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Progestérone (hormones) en gel ou en comprimés	3 à 6 €	Effet virilisant possible

Principales indications de *Folliculinum* : tension douloureuse des seins d'origine hormonale (souvent avant les règles).

Le trac, l'inquiétude, la tension intérieure – *Gelsemium* (le faux jasmin de Virginie)

Témoignage

Le permis de conduire de Romain

La date approche. Le moniteur de conduite vient de l'apprendre à Romain : il passera le permis de conduire lundi prochain. Du coup, Romain a un peu mal au ventre, dort mal. Le matin il a mal aux muscles, ce permis de conduire l'inquiète. Il pourrait prendre un tranquillisant, un somnifère mais ces médicaments perturbent sa mémoire, l'endorment et sont dangereux pour conduire. Une amie lui recommande *Gelsemium*. Dès les premiers granules sucés, il se sent détendu, calme, tranquille. Son sommeil est revenu. Il attend de passer le permis avec une belle impatience paisible. Quelle tranquillité !

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Anxiolytique en comprimés	2 à 3 €	À éviter avec la conduite de véhicule ! Troubles de la mémoire et de la concentration Somnolence

Principales indications de *Gelsemium* :

- État grippal avec prostration, tremblement, congestion de la tête, courbatures, absence de soif
- Trac
- Insomnies avec anxiété pour le lendemain
- Migraines congestives avec douleurs derrière la tête
- Migraines ophtalmiques

L'énervement, l'agacement – *Ignatia amara* (la fève de Saint-Ignace)

Témoignage

Marc, Aurélie et leurs enfants toniques

Les enfants de Marc et d'Aurélie sont encore petits et occupent leurs journées et leurs nuits. Ils débordent de vitalité et ils sollicitent sans cesse leurs parents dans leur découverte du monde. Aurélie est courageuse, mais son énergie baisse. Elle ressent des points douloureux dans son corps qui souffre. Elle supporte de moins en moins l'agitation de ses chers enfants et les bruits. Son estomac lui fait mal avant les repas. Paradoxalement, elle va mieux lorsqu'elle s'occupe des enfants de sa sœur. Le bruit de la ville calme Aurélie.

Ignatia est LE médicament homéopathique qu'il lui faut pour retrouver sa belle énergie calme et prendre soin de ses enfants et d'elle-même. Ainsi, elle garde toutes ses ressources réactives intactes. Nul besoin d'assommer avec un tranquillisant ou un somnifère.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Magnésium	3 à 4 €	Irritation de l'intestin (diarrhée)

Principales indications d'*Ignatia amara* :

- Personne hypersensible, hyperdouloureuse avec réactions paradoxales
- État dépressif réactionnel
- Spasmes (aérophagie, toux spasmodique, spamophilie, tachycardie émotionnelle, etc.)

La jalousie, l'étouffement, l'excitation – *Lachesis mutus* (serpent d'Amérique centrale et du Sud)

Témoignage

Nadine : le stress la prend tout entière

Depuis un an, Nadine travaille dans un nouveau service. Nouvelle équipe, nouveau chef, nouvelle ambiance. Peut-être trop remuante. Au fil des jours, on demande à Nadine de plus en plus de travail, avec efficacité, rendement, sans faute tolérée. Au début Nadine a lutté pour s'adapter. Le travail est passionnant. Puis elle a commencé à se méfier de ses collaborateurs, en les surveillant d'un œil suspicieux. Elle étouffe maintenant dans son petit bureau. En rentrant du travail, Nadine est agitée, énervée. Elle

libère sa tension intérieure en saoulant son entourage par le flux de ses paroles. Parfois au contraire, elle se terre dans son mutisme et rien ne peut l'en sortir. Elle a des difficultés pour trouver le sommeil, et le matin elle est encore bien fatiguée, sans voix. En quelques jours, avec deux prises par jour de *Lachesis*, Nadine a retrouvé son bel équilibre, sa capacité de travail. Elle a promis de bientôt prendre dix jours de vacances, seule.

Nous connaissons bien cette difficulté à nous adapter à une pression de stress trop forte et trop durable. *Lachesis* peut nous aider rapidement à retrouver un meilleur équilibre intérieur et à nous rouvrir tranquillement à notre environnement.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Magnésium	3 à 4 €	Irritation de l'intestin (diarrhée)

Principales indications de *Lachesis mutus* :

- États infectieux graves et suppurations aiguës
- Angines évoluant de gauche à droite ou localisées à gauche avec difficulté pour avaler des liquides surtout chauds
- Perte de sang noir (périménopause)
- Bouffées de chaleur
- Migraines gauches avec douleur battante
- Alternance d'excitation loquace et de dépression
- Jalousie, méfiance

Le gonflement du ventre – *Lycopodium* (la plante pied-de-loup)

Témoignage

Romain

Romain, charmant bébé, a maintenant 3 mois. Il a assez bon appétit, mais il renvoie une partie de ses biberons après chaque repas, ce qui le fait pleurer et ce qui commence à inquiéter Nicole, sa maman. Son petit ventre est tendu et un peu douloureux après avoir mangé. Nicole lui fait boire le fond d'un verre d'eau dans lequel elle a fait dissoudre cinq granules de *Lycopodium* et elle constate avec émerveillement que Romain est plus calme, dort mieux et ne renvoie que très rarement son lait. Nadine est très fière : elle a calmé son bébé adoré avec un médicament « naturel » et elle a évité de lui donner un médicament contre les reflux.

Comparaison des traitements

Homéopathie	Prix moyen	Risques
1 tube de granules	1,80 €	Aucun
Allopathie	**Prix moyen**	**Risques**
Sirop contre le reflux	3 €	Peu

Principales indications de *Lycopodium* :

- Troubles digestifs (reflux acide, calculs biliaires, migraines digestives, ulcères d'estomac, anorexie des enfants, vomissements acétonémiques, ballonnements après les repas)
- Urticaire chronique, eczéma qui saigne facilement

Quelques témoignages

■ Abcès dentaire

Mme Michèle B. présente un abcès dentaire et vient consulter en urgence, devant sa douleur et en l'absence de son dentiste.

Nous lui prescrivons *Belladonna*, *Pyrogenium* et *Mercurius* : trois granulés de chaque à prendre en alternance, jusqu'à l'amélioration de sa douleur. Cela lui permettra d'attendre la consultation dentaire sans souffrir.

■ Aphtose

Mme Claudine C. a déclenché une crise d'aphtes après avoir mangé des noix. Les traitements donnés par son médecin n'ont pas pu la soulager au point qu'elle ne peut plus rien manger depuis trois jours. Elle consulte alors en homéopathie, et nous lui donnons trois granules de chacun des produits suivants et trois fois par jour : *Mercurius*, *Borax* et *Sulfuricum*. Sa crise va diminuer très rapidement et elle sera guérie en trois jours.

■ Eczéma

Le petit Johan V. est âgé de 6 ans et souffre d'un eczéma depuis l'âge de 2 ans. Sa maman a tout essayé, médecin, dermatologue et même « magnétiseur », sans aucun résultat durable et significatif.

Elle nous amène l'enfant en consultation, et nous lui préconisons entre autres un traitement à base *d'Apis mellifica*, d'*Arsenicum album* et de *Rhus toxicodendron*. Il nous faudra trois séances espacées de un mois pour réussir à améliorer notablement l'état de ce petit ; nous le suivons une fois tous les trois mois, et nous adaptons son traitement. Au bout de neuf mois, l'eczéma a quasiment disparu.

Le faible coût de ces remèdes et, surtout, leur efficacité sont sans comparaison avec les traitements allopathiques classiques.

Crampes

Mme Joséphine F., mamie de 73 ans, souffre de crampes nocturnes aux mollets, depuis des années. Elle a tout essayé, consulté de nombreux médecins, mis « le savon de Marseille sous les draps », sans résultat.

Nous essayons alors un remède à base de *Nux vomica*, *Cuprum* et *Actaea racemosa* pour une durée de un mois. Elle revient nous voir, enchantée de pouvoir dormir sans être réveillée par ses crampes.

Insomnie

M. Denis M., âgé de 44 ans, est un informaticien particulièrement surmené par son travail. Cela fait un an qu'il absorbe des médicaments pour dormir, il ne trouve pas le sommeil avant le petit matin.

Son état ne s'améliore pas malgré les somnifères prescrits par son médecin et, pis encore, il s'accoutume à ces somnifères et doit le plus souvent doubler les doses.

Il vient consulter en homéopathie car il ressent de plus en plus des pertes de mémoire qui le perturbent dans son travail.

Nous insistons sur la nécessité de se sevrer de ces comprimés, et nous lui donnons un remède à base de *Coffea cruda*, *Cocculus* et *Argentum nitricum*. En dix jours, il retrouve un sommeil et un endormissement sans problème.

Le gain clinique, économique et écologique de ce traitement mérite qu'il soit toujours essayé. Notre record mondial de consommation de somnifères serait enfin mis à mal.

Le rhume des foins

Nous avons énormément de patients qui souffrent de cette pathologie. Ceux-ci prennent des médicaments, plus ou moins toxiques, plus ou moins efficaces, tous les jours.

Notre traitement homéopathique est largement aussi efficace que celui allopathique et nettement moins toxique et coûteux, il sera à base de *Nus apis*, *Sepia* et *Galphimia*.

Nous arrêtons là ces exemples, car l'homéopathie est une thérapeutique personnalisée où chaque remède doit « coller » au patient. Il est donc peu intéressant de vous énumérer une suite de témoignages personnels.

Vous trouverez les indications de l'homéopathie dans chaque remède comme nous vous les avons décrites au début de ce chapitre.

Qui peut pratiquer l'homéopathie ?

Tout médecin formé à cette discipline. L'apprentissage est long et complexe, du fait de la matière qui comprend de très nombreux médicaments et des signes cliniques riches et variés.

Sans avoir reçu de formation complète, il est possible d'appliquer des « recettes » qui restent limitées à des situations précises sans risque médical. Par exemple, donner de l'arnica en cas de contusion.

Il est impératif de consulter un médecin en cas de signe inquiétant afin de ne pas passer à côté d'une maladie grave.

Comment se passe la consultation homéopathique ?

La première consultation homéopathique est relativement longue. Elle explore l'ensemble de notre organisme, organe par organe, système par système et notre manière de réagir. Les patients sont souvent surpris par cette précision et sont étonnés de constater que le médecin parvient à évaluer rapidement leur personnalité « médicale ».

Ainsi, le médecin homéopathe cerne mieux notre réactivité et peut adapter plus finement et plus complètement le traitement.

Se soigner naturellement avec l'homéopathie ?

Les quelques exemples ci-dessus montrent que nombre de maux qui perturbent nos vies n'ont pas de conséquence grave sur notre santé.

Pourquoi risquer d'abîmer notre estomac, notre foie, nos reins, notre cerveau en consommant des médicaments certes actifs mais aux effets secondaires délétères ?

Pourquoi payer cher, voire très cher, pour se soigner ?

Pourquoi être *sous* médicament (« Je suis *sous* aspirine ») et non pas rééquilibré, ré-harmonisé par un traitement ?

Pourquoi faire durer certains traitements si longtemps ?

L'homéopathie apporte souvent une solution simple, rapidement efficace, non toxique, peu coûteuse, en nous aidant à réagir plutôt qu'à subir, en prenant notre vie en main plutôt qu'en la confiant à des molécules chimiques « anti-quelque chose ». Une règle simple de prise de l'homéopathie est : « Espacer si amélioration. »

À noter que l'homéopathie peut être utilisée par la mésothérapie. Citons par exemple l'arnica qui aide de manière spectaculaire la récupération des hématomes et des contusions.

Pour en savoir plus

Guermonprez (M.), Pinkas (M.), Torck (M.), *Matière médicale homéopathique*, Boiron 2e ed., 1997.

Jouanny (J.), Crapanne (J.B.), Danger (H.), Masson (J.L.), *Thérapeutique homéopathique, possibilités en pathologie aiguë*, Boiron, 2008.

Frochisse (P.), *Je me soigne par l'homéopathie*, Homéomédia, France, 1996.

Horvilleur (A.), *Guide familial de l'homéopathie*, Coll. « Le Livre De Poche Pratique », Hachette, France, 1981.

Lockie (A.), *Encyclopédie de l'homéopathie*, Hurtubise, Canada, 2001.

Servais (P.), *Larousse de l'homéopathie*, Larousse, France, 2000.

Tan Hon Nguyen, Nowak J-P, *Homéopratique – Enfin ! L'homéopathie vraiment pratique*, Octale, France, 1988.

Conclusion

Bien que nous n'ayons abordé que partiellement les indications de la mésothérapie, nous pensons que vous êtes en mesure maintenant d'en comprendre toute sa logique et son efficacité.

Logique économique et écologique pour des résultats cliniques souvent supérieurs ou au moins équivalents à ceux de la médecine classique.

C'est une médecine qui peut être complémentaire ou suffisante, mais dans tous les cas, a toute sa place dans l'arsenal thérapeutique. Il est évident que des études cliniques comparatives devraient être menées systématiquement lors des protocoles de recherches et de développement de médicaments ou de thérapeutiques. Mais les financiers en ont-ils le désir ?

Que retenir de tout cela ?

Nous vous avons montré que le monde de la santé est gouverné comme dans beaucoup d'autres domaines par la puissance de l'argent.

Les économies de santé sont souvent incompatibles avec la pérennité de l'industrie pharmaceutique et c'est un dilemme politique et économique. C'est un peu comme le tabac, il coûte très cher en termes de santé publique, il est la première cause de mortalité, mais il rapporte tellement de taxes et véhicule un tel flux d'argent qu'il est impossible de le supprimer.

Mais avec tout cela, comment se soigner au naturel ? Comment ne pas se faire endoctriner par des intérêts financiers prioritaires ?

Difficile, en effet. Nous pensons que c'est en gardant un esprit critique et éveillé que nous y arriverons. C'est pour cela que nous avons essayé de vous informer et d'attirer votre attention sur d'autres techniques, d'autres types de médecines, et de traitements, que la « médecine d'État ».

Il faut garder son bon sens et rester logique dans ses soins et ses démarches. Ne pas oublier que la première règle médicale est de ne pas nuire. Que le bénéfice doit être supérieur au risque, dans tous les cas.

Il faut privilégier les médecines douces surtout lorsqu'elles sont efficaces, c'est une évidence que l'on a tendance à vous faire oublier.

Et il faut, bien sûr, s'adresser de préférence aux médecins dûment diplômés ou formés à ces médecines complémentaires. Vous trouverez en fin de cet ouvrage les références des sociétés savantes disposant d'annuaires spécialisés.

Nous espérons vous avoir mieux fait connaître l'intérêt médical des trois thérapeutiques que nous avons développées dans cet ouvrage, afin de vous permettre d'améliorer largement la qualité de vos futurs soins médicaux et d'utiliser ces techniques très efficaces et très complémentaires.

Un traitement médical doit être personnalisé et global, il doit prendre en charge toute votre personne, votre être comme votre paraître, et seule la synergie de plusieurs techniques médicales est capable de réaliser cela. La médecine ne doit pas être ségrégationniste.

Profitez de toutes ces médecines et portez-vous bien.

Enjoy comme on dit.

Pour en savoir plus

Bonnet (C.), Perrin (J-J.), Mrejen (D.), *Mésothérapie en médecine esthétique et médecine générale*, Mésodiffusion, 2003.

Bonnet (C.), Perrin (J-J.), *La Mésodissolution hypo-osmolaire, nouveau traitement lipolytique mésothérapique, effets sur l'hydrolipodystrophie*, Mémoires Pitié Salpétrière Paris, 2005-2008.

Chos (D.), Le Coz (J.), *Mésothérapie et traumatologie sportive*, Masson, 1985.

Le Coz (J.), *Traité de mésothérapie*, Masson, 2004.

Lelong (D.), *Mésothérapie chez la femme*, Masson, 1985.

Lesage (Y.), Mrejen (D.), *Manipulations des articulations périphériques*,Vigot Médiffusion, 1989.

Maigne (J-Y.), Mrejen (D.), *Atlas pratique des testings musculaires*, Vigot Médiffusion, 1989.

Mrejen (D.), *La Mésothérapie ponctuelle systématisée*, Vigot Médiffusion, 1987.

Mrejen (D.), *Médecine du sport et Mésothérapie ponctuelle systématisée*, Vigot Médiffusion, 1989.

Mrejen (D.), *Mal de dos chronique*, Vigot Médiffusion, 1995.

Pistor (M.), *Abrégé de mésothérapie pratique*, Maloine, 1976.

Pistor (M.), *Mésothérapie un défi thérapeutique*, Maloine, 1979.

Pistor (M.), *Abrégé de mésothérapie électronique et manuelle*, Maloine, 1981.

Ravilly (G.), *Atlas clinique de mésothérapie*, PMI, 1988.

Ravilly (G.), *Traité pratique de mésothérapie*, Modiasoft, 1996.

Revues de la SFM : Bulletins de 1990 à 2007.

Travel (JG.), Simons (DG.), *Douleurs et Troubles fonctionnels myofasciaux*, Haug International, 1993.

Annexe

A titre d'information voici deux annuaires de médecins spécialisés en mésothérapie et en mésothérapie esthétique.

L'annuaire de la SFM est composé de membres ayant validé le DIU de Mésothérapie et celui de l'AMME de membres ayant validé une formation médicale professionnelle de mésothérapie et médecine esthétique et ayant signé une charte de qualité et de bonnes pratiques.

Vous retrouverez ces annuaires sur les sites suivants :
www.sfmesotherapie.com et
www.estheticmeso.com
(site recommandé par la Haute Autorité de Santé)

Liste des mésothérapeutes et spécialisés en esthétique (AMME)

ADDA	Jean Marc	55, bd Jean Jaures	92100	Boulogne Billancourt	France
AGBEVIADE	Nathalie	167, rue des Bois Blancs	59000	Lille	France
AKPAMA	Yao SETH	55, av Arthur Rimbaud	60110	Meru	France
ALFONSI	Jean Charles	88, rue Vendome	69006	Lyon	France
ALLOULOU DJAEEAYA	Amel	Rte Soukra Km2,5-résidence El Habib	3052	Sfax	Tunisie
ANDRÈS	Frédéric	1507, rue d'Armentières	59850	Nieppe	France
ARANGO	Olga	2 Clifford Gardens	NW 10 5 JD	London	Angleterre
ARIANE	Kamel	26, rue Hedi Nouira	1001	Tunis	Tunisie
ARMAND	Thierry	Espace Médical Rabelais 130, route de Nouaillé	86000	Poitiers	France
ASIN LLORCA	Manuel	Alonso Cano 51	03014	Alicante	Espagne
AZOUGH	Khalid	15, rue Najib Mahfoud	20000	Casablanca	Maroc
BALDY	Bruno	13, rue des Palmiers	87100	Limoges	France
BALESI	Solange	le Palace 4 bis, rue A. Karr	06000	Nice	France
BALLEE	Sylvie	2 bis, rue de la Craffe	54000	Nancy	France
BARRUET FOUROT	Michele	31, av de la République	21800	Chevigny-saint-sauveur	France
BARTHAS	Nathalie	47, av de la République	33200	Bordeaux	France
BASTIN LE RAY	Marie Christine	22, rue de l'Ouvrage a Corne	17000	La Rochelle	France
BELGNAOUI	Fatima Zohra	15, rue Najib Mahjoud	20000	Casablanca	Maroc
BELLEMANS	Brice	15, rue Guillaume Grotaers	44300	Nantes	France
BELLOUCHE	Zahida	Cité Djur Djura-Bat S-BP153	Righain-16036	Alger	Algerie
BEN AYED GUERMAZI	Lamia	2 ter, av El Menzeli	01004	Tunis	Tunisie
BEN GHORBEL	Soufia	Av de l'Afrique - "les Pyramides" Bloc F Appt 2	2037	Tunis	Tunisie
BENABID	Jean Claude	2, rue Jean Jaures	74000	Annecy	France
BENHAGOUGA-BOUCHERIT	Karima	7, rue Zemirli Zoubir Kouba	16500	Alger	Algérie

BERAUD	Marie Charline	24, rue de la Résistance	63110	Beaumont	France
BEURY	Philippe	15, rue Clevy	10000	Troyes	France
BIADILLAH	Ahmed Amine	24, rue Abou Elkacem Chabi - avenue Bir Kacem		Rabat-Souissi	Maroc
BOCQUET	Olivier	7, rue de l'Epargne	60200	Compiegne	France
BONNET	Christian	89, route de Mantes	78200	Buchelay	France
BRESSIN DURAND	Marie-Gabrielle	7, rue des Lombards	56700	Hennebont	France
BUKATO	Alain	4, rue de la Libération	14160	Dives Sur Mer	France
BURAU	Jacques	25, av Lamartine	33120	Arcachon	France
BURTIN	Gilles	517, av Jules Grec	06600	Antibes	France
CAGET	Guy	56, bd Rouget de l'Isle	93100	Montreuil	France
CAPASSO	Françoise	Le Verdi - 4, rue Joseph Lafond	13400	Aubagne	France
CARCHON	Carine	JB de Greeflaan, 34	01731	Zellik	Belgique
CARCIENTE	Didier	65, cours Lamarque de Plaisance	33120	Arcachon	France
CARISSIMO	Patrice	509, route d'Armentières	59850	Nieppe	France
CARRERA	Carole	55, bd de Strasbourg Chez Dr Fournier	75010	Paris	France
CEYRAC	Virginie	183, av Thiers	33100	Bordeaux	France
CHALABI	Sabri	Bloc 3N1 Cité Seddikia	31000	Oran	Algérie
CHANTELOT	Sandrine	25, av Victor Hugo	13100	Aix En Provence	France
CHARLOTTE	Georges	23, rue Racine	44000	Nantes	France
CHARRIN	Emmanuel	10, rue du Maréchal de Lattre de Tassigny	78780	Maurecourt	France
CHEIKHROUHOU	Wided	Rue Haffouz Imb. Omran Bloc C N°7 Korniche	3000	Sfax	Tunisie
CHU THI	Thank Tung	1, av Lombart	92260	Fontenay-aux-Roses	France
CLEROUX	Carmen	Centre Medical Alco 141, av Paul Bringuier	34080	Montpellier	France
CLEROUX	Christian	Centre Medical Alco 141, av Paul Bringuier	34080	Montpellier	
CLUNIAT	Béatrice	18, rue Jean Moulin	77300	Bourg St Maurice	France
COHEN	Rose Marie	1, Giouanni Gambiny	01206	Genève	Suisse
CONGE	Thierry	Cabinet Medical De Tourtoirac	24390	Toutoirac	France

COUBLE-JACQUELINE	Martine	2, rue de Nathanya	06300	Nice	France
COUDERC	Christine	207, rue de Paris	59000	Lille	France
COUITER AOUALIT	Ferial	35, bd Imperatrice Eugenie	06200	Nice	France
COUPPEY	Jerome	30, rue Ernest Guillier	24000	Perigueux	France
CUENIN	Sylvie	31, rue Charles de Gaulle	68130	Altkirch	France
DANTEC	Philippe	32, rue de Bellevue	44340	Bouguenais	France
DARCHY-GILLIARD	Martine	1, rue des charretiers	45000	Orleans	France
DARSOUNI	Melouka	103 bis, faubourg Madeleine	45000	Orleans	France
DE MALEZIEU	Nadine	Clinique St Laurent 4, rue St Laurent	35000	Rennes	France
DELAFONTAINE	Marie-pierre	9, rue Ferdinand Buisson	95190	Goussainville	France
DELOFFRE	Barbara	12, rue de Rivoli	49000	Angers	France
DELOISON	Alain	12 bis, rue du Dr Albert Calmette	64800	Coarraze	France
DELOZIERE	Véronique	6, rue de Londres	62100	Calais	France
DELSART	Dominique	24 bis rue de la Motte	59235	Bersee	France
DESSAUX	Laurent	19, rue Etienne Dolet	62300	Lens	France
DEVAUX	Sylvie	27, rue Francis Poulenc	94440	Santeny	France
DEZERT	Nadine	4 bis, square des artistes	95520	Osny	France
DIBO-COHEN	Larry	117, rue Saint Lazare	75008	Paris	France
DIDI	Pascal	56, av de St Ouen	75018	Paris	France
DJOUDI	Jamal	1, allée Lavoisier	86580	Vouneuil Sous Biard	France
DOUTRIAUX	Beatrice	3, place Saint Louis	92380	Garches	France
DUBOIS	Didier	2, square la Fayette	49000	Anger	France
DUCHEMIN LANIEL	Soazig	31, av du 6 juin	14000	Caen	France
DUMONTET	Bernard	15, rue Morgan	06510	Menton	France
DUPORT	Alain	414, rue Saint Louis	97460	Saint Paul	France
EL GUASSEM	Soumya	Massira 1B, immeuble 798 n°19		Marrakech	Maroc
EL KAÏM BILLAH	Fatima	5 c, rue Perey	25000	Besancon	France
EL MOATAZ BILLAH	Fattouma	2 bis, square des Hortensias	49130	Les Ponts De Cé	France
ELBAZ	Michel	10, rue Dauvilliers	91290	Arpajon	France
ELINANI	Sanaa	18, rue Ahmed Elmokri-Anka	20000	Casablanca	Maroc

ENRIQUEZ	Pia	19, rue de Milan	75009	Paris	France
FARNIERE	Brigitte	6, av de la Gare	28300	Jouy	France
FILBET	Michelle	43 bis, bd Alsace Lorraine	64000	Pau	France
FINET	Alain	2, allée Paul Langevin	77420	Champs Sur Marne	France
FITOUSSI	Michèle	1, av Jean Moulin	75014	Paris	France
FRADIN-READ	Dominique	5710 Crescent Park East 324	CA90094	Playa Vista	Usa
GABRIEL MARQUER	Veronique	327 Corniche Kennedy	13007	Marseille	France
GALETIC	Katia	68, rue du Dix Octobre	7243	Bereldange	Luxembourg
GIBBONS	Alexandra	50 A Prince of Wales Mansions Prince of Wales drive	SW11 4BH	London	Uk
GIGOT	Ghislaine	1 bis, place de l'Église	61470	Le Sap	France
GOUDARZINEJAD	Shirin	23, rue du Regard Chez Mr Gudarzinejad	60580	Coye La Foret	France
GOUZON	Patrice	45, av Gabriel Péri	93380	Pierrefitte	France
GRIL-TAMANI	Sylviane	15, rue Michelet	34370	Cazouls-les-Beziers	France
GUERMAZI BENAYED	Lamia	71, rue Alain Savary Résidence A. Savary, bloc C14	1003	Tunis	Tunisie
GUILLERMIN	Dominique	125, av Maurice Faure Bat F	26000	Valence	France
GUISLAIN	Veronique	208, rue Jean Jaurès	59264	Onnaing	France
HABOUZIT-CHABANNE	Véronique	7, av du juin 1940	44380	Pornichet	
HAGEGE	Alain	77, av des Champs Elysées	75008	Paris	
HAJERI	Najet	Centre Médical El Farabi rue Cheikh Med Zaghouani-El Menzah VI	02091	Tunis	Tunisie
HAMAIZI	Fawzia	lot des 111 villas n° 15 birtouta	16000	Alger	Algérie
HAUVILLE	Marie-Pierre	6, impasse du grand orme	78200	Soindres	France
HEBERT	Georges	34, rue Pierre Brossolette	91130	Ris Orangis	France
HINDIE	Marie-Martine	26, rue d'Entraigues	37000	Tours	France
HO NGUYEN	Mong Quyen	9, rue Jean Monnet	77600	Bussy St Georges	France
IFRAIMOV	Sabena	60 Disera drive 1407	L4J9G1	Thornhill	Canada
JADEAUD	Laurent	124, av du 3 septembre	06320	Cap D'ail	France
JOLY	Veronique	9, Châteaux Brûloirs	95000	Cergy	France

JUTARD-POTET	Corinne	1 bis, rue Rabelais	37250	Veigne	France
KALVARISKY	Sylvie	18, rue Paul Vaillant Couturier	94700	Maisons Alfort	France
KERITA	Houria	11, impasse Barbier	92110	Clichy	France
KNAFO	Guy-Joseph	imm.des Habous-ENT.D- av Hassan II Babdoukala	40000	Marrakech	Maroc
KUPCHAN	Natalya	51 Aladdin crescent	L4S2T2	Richmond Hill	Canada
LABENNE	Benoit	6, allée Théophile Binet	93340	Le Raincy	France
LAMARCHE-ARENE	Christine	19, rue Mansart	78350	Les Loges En Josas	France
LANGLOIS	Luc	6, av des Allobroges	74200	Thonon	France
LEGENDRE JOBERTON	Francine	94, rue d'Hauteville	75010	Paris	France
LEGER	Bruno	2, rue des Fleurs	81100	Castres	France
LEGRAND DE GRANCEY	Marie France	9-11, allée Parc de la Mairie	93190	Livry Gargan	France
LEMAIRE	Daniel	14, rue des Jardins	25700	Valentigney	France
LLORCA	Asim	Alonso Cano 51	03014	Alicante	Espagne
LULLIN	Albin	28, rue de Genève CP 312	01225	Chene Bourg - Geneve	Suisse
LULLIN	Angélique	28, rue de Genève CP 312	01225	Chene Bourg - Geneve	Suisse
MALA	Sabine	5, av André Malraux	37000	Tours	France
MALEJKA	Tadeusz	46, av Jean Lebas	59400	Roubais	France
MARTIN	Jean-pierre	45, av du Teil	26200	Montelimar	France
MAZERES	Jean Pierre	48, rue du Chablais	74100	Annemasse	France
MELYON-DEFRANCE	Viviane	390 A Hauteur Lezarde	97170	Petit Bourg	Guadeloupe
MENKES	Sophie	3, place Saint Louis	92380	Garches	France
MEUNIER	Sylvain	20, rue de Thiard	71100	Chalon Sur Saone	France
MICHEL	Pierre	34, av de la République BP 7	13141	Miramas	France
MICHEL	Bernard-henri	Immeuble Médisud 300, av Saint André de Codols	30900	Nîmes	France
MIGET	Carole	Château la Roseray	21200	Meursanges	France
MILENOVIC	Gordana	Medical Spa Center Minjon Aleksandra Nnadovica 9/1	18000	Nis	Serbie

MILJKOVIC	Dagan	21, rue des Héros Magentais bâtiment B	94130	Nogent-sur-Marne	France
MORANT	Odile	Centre Médical de la Silhouette 2, rue des Cocos	97427	Etang Sale Les Bains	France
MRVALJEVIC	Zorica				
MUGNIER-PERROTTO	Muriel	Centre Monaco 189 ter, Av François Mitterand	13170	Les Pennes Mirabeau	France
MURAT	Mickael	10, rue Rosenwald	75015	Paris	France
MUSARELLA	Paul	BP3215	cedex 03	Paris	France
NAUD	Elisabeth	rue Pierre Robbe	37500	Chinon	France
NGO-VUONG	Thi My Anh	64, rue Eugène Viollet Le Duc	78280	Guyancourt	France
NONY	Marie-Cécile	7/9, av Suzanne Salvet	33670	Creon	France
NORRANT	Jocelyne	43, rue des Lilas	69680	Chassieu	France
OBEID	Mitanios	Le Grand Chemin	24230	Montcaret	France
OLIVAN	Philippe	1, rue du Pin Franc	33370	Yvrac	France
OMER	Françoise	7/9, av Suzanne Salvet	33670	Creon	France
OPRON	Philippe	15, av Gambetta	91600	Savigny Sur Orge	France
ORENGO	Ruby	141, bd de Cessole	06100	Nice	France
OULD TALEB	Salhia	Bloc E n°83, 162 logts Nacéria	6000	Bejaia	Algérie
PACKO	Mickael	16, rue Planchat	75010	Paris	France
PAQUETTE	Yves	50, route de Nice	06560	Valbonne	France
PASQUINI	Bernadette	5, rue Pershing	54400	Longwy Bas	France
PELLETIER	Michèle	5, place Puget,	83000	Toulon	France
PERDRIAUX	Jacques	2, allée des accacias	37270	Montlouis Sur Loire	France
PERRIN	Jean-Jacques	7, rue d'Estienne d'Orves	02100	Saint Quentin	France
PILLET	Pascale	161, av Guiton	17000	La Rochelle	France
PINET	Hélène	34, rue du gal de Gaulle Appt 11 rés. Les Balcons du Centre	85800	St Gilles Croix De Vie	France
PIROTTE	Alain	100, rue de la Cathédrale	4000	Liege	Belgique
QUESTE	Laurence	57, av saint maur	59110	La Madeleine	France
RAHMANI	Abderrrahmane	37, av Hassan II	05000	Meknes	Maroc
RATTE	Dominique	41, rue du Colonel Fabien	02100	Saint Quentin	France
REZICINER	Philippe	21, rue Bannacker	67160	Wissembourg	France

ROEDERER	Denis	9, rue Hector Berlioz	59300	Valencienne	France
ROTNEMER	Rébecca	14 bis, passage St Pierre Amelot	75011	Paris	France
ROUX	Nicolas	CH François-lehmann 26	1218	Geneve	Suisse
SABOURIN	Catherine	30, rue de la Poste	79410	Echire	France
SAGOLS	Robert	24, rue Emile Zola	66600	Rivesaltes	France
SAINT-HILLIER	Stephans	Place de la Mare	25320	Chemaudin	France
SALATO	Philippe	1, rue Lamennais	75008	Paris	France
SAND	Mila-chantal	31, rue de Ponthieu	75008	Paris	France
SATIER	France	2, route de Neuville	01540	Vonnas	France
SCHEINFELD	Harry	83, allée Pierre et Marie Curie	93320	Les Pavillons Sous Bois	France
SIFFERMANN	Luc	19, rue des Hallebardes	67000	Strasourg	France
SIMON	Germaine	21, Route de Montpellier (RN 113)	34430	Saint Jean De Vedas	France
SIMONET	Bertrand	101, cours Napoléon	20090	Ajaccio	France
SOUBIE NINET	Eric	3, rue de la Gemme	33260	La Teste	France
SOUID	Michel	11, rue Pierre Mendes	17137	Esnandes	France
STREPENNE	Christian	rue du Château Blanehort, 24	6720	Habay La Neuve	Belgique
TAFFIN	Henri-philippe	19 bis, rue Sainte Adelaide	78000	Versailles	France
TARDY	Christophe	453, quai des Allobroges	73000	Chambery	France
TASCON	Monique	36, bd Auvigné	44300	Nantes	France
TESTON	Jean-paul	Les Bournais 22, rue des Lézards	37600	Loches	France
TIMOL	Fatma	18, rue Labourdonnais	97460	Saint Paul	France
TURKI	Dominique	83, rue Blanche	75009	Paris	France
TURON	Robert	1, bd Bepmale	31800	Saint Gaudens	France
VANDAMME	Christophe	9, rue des Sorbiers	59229	Teteghem	France
VANEGROO	Christine	19, Grande Rue	92310	Sevres	France
VANGUERS	Bernard	Route de Willers 7	06820	Floranville	Belgique
VANHAECKE	Eric	36, rue G. Clémenceau	62000	Arras	France
VASSEUR	Géraldine	2, rue Isly	75008	Paris	France
VASSEUR	Christine	63, rue Nationale	66610	La Croix St Ouen	France
VELTEN	Florient Walter	FûrstenbergStrasse 163	60322	Frankfurt	Allemagne

VERHOEVEN ILIAZOVA	Svetlana	PO Box 58301	3733	Limasol	Chypre
VERNUDACHI	Alain	5, place Steinback	37550	St Avertin	France
VERSINI	Stephane	52, av de Wagram	75017	Paris	France
VIALLARD	Michel	44, rue Carnot	95410	Groslay	France
VIVILLE (SELARL Martine Viville)	Martine	192, rue de Crimée	75019	Paris	France
WALTER	André	24, rue de la résistance	63110	Beaumont	France
WARDE KAMAR	Joumana	BP1076	Jounieh	Beyrouth	Liban
ZEPHIR	Alex	BP 29		Libreville	Gabon

Liste des médecins ayant validé le DIU de mésothérapie (SFM)

Dr LHOTTE ORLIK	Delphine	18, rue Jean-louis Barrault	27000	Evreux
Dr ABBYAD	Richard	54, av Cyrille Besset	06100	Nice
Dr ADDA	Jean-Marc	55, bd Jean Jaurès	92100	Boulogne Billancourt
Dr ALFASSA	Anne	21, rue des Glacis	51170	Fismes
Dr ALLAIRE-SAUQUET	Sandrine	39, rue Richelieu	24660	Coulounieix-chamiers
Dr ANNELOT	Gérald	11 bis, place de l'Eglise	94370	Sucy-en-brie
Dr ARBAULT	Philippe	Cab.Méd. des Carons - 3 bis, rue des Carons	21380	Messigny Et Vantoux
Dr ARMAND	Thierry	Espace Médical Rabelais, 130, route de Nouaillé	86000	Poitiers
Dr ATTENCIA	Alain	61, rue Henri Dépagneux	69400	Limas
Dr AUDREN	Gabrielle	1, av des fontenelles	35400	Saint-malo
Dr AUTRET	Sylvie	5, place André Leroy	49100	Angers
Dr AZOULAY	Philippe	68, bd de la République	92100	Boulogne-billancourt
Dr BACAR	Kaïz	52, rue du Docteur Roux	86190	Latille
Dr BACAR-MERE	Stéphanie	2, rue du Tram	86190	Vouille
Dr BACHE	Denis	96, Cours Desbiey	33120	Arcachon
Dr BALDY	Bruno	9, rue François Perrin	87000	Limoges
Dr BARBAT	Jean Claude	25, bd de la Manlière	63500	Issoire
Dr BARBE	Paul	Route de Carpentras	84810	Aubignan
Dr BARBY	Marie-Laure	24, Joffret	33133	Galgon
Dr BARRABES	Geneviève	5, chemin de l'Eglise	33650	Saucats
Dr BEILLEVERT	Karine	Place de la Liberté	17137	Nieul Sur Mer
Dr BELLEMANS	Brice	195, route de Vannes	44800	Nantes St Herblain
Dr BERANGER	Philippe	22, rue des Arbres	89160	Ancy Le Franc
Dr BERAUD	Marie-Charline	24, rue de la Résistance	63110	Beaumont

Dr BERNIKIER	David	18, rue Jean Jaurès	87170	Isle
Dr BERTHENEY	Eric	51, Quai du Morin	77860	Couilly
Dr BESSE	François	11, bd Rabatau	13008	Marseille
Dr BEURY	Philippe	15, rue Clevy	10000	Troyes
Dr BIETH	François	35, rue de la liberté	67600	Kintzheim
Dr BIGORRA	Ernest	Clinique des Pins - 21, allée des Pins	13009	Marseille
Dr BIJON	Monique	rue Florence	64360	Monein
Dr BIRON	Frédéric	89, route de Mantes	78200	Buchelay
Dr BLAIN	Jean-Yves	18, allée du G. Brosset	87000	Limoges
Dr BLAISE	Catherine	1 bis, av du Gl Leclerc	02570	Chezy / Marne
Dr BLUM	Dominique	22, rue Vital Carle	33000	Bordeaux
Dr BOCQUET	Olivier	7, rue de l'Épargne	60200	Compiègne
Dr BOIVERT	Michel	5, rue Louis Gerriet	39100	Parcey
Dr BOIX	Marcel	6, place du Marché	33470	Gujan-mestras
Dr BONHOURE	Philippe	13, rue de Thuir	33760	Targon
Dr BONNEEL	Stéphan	3, rue des Lucioles	31820	Pibrac
Dr BONNET	Christian	89, route de Mantes	78200	Buchelay
Dr BORG	Patrick-Laurent	92, rue des Martyrs	76150	Maromme
Dr BOSQUET-ALMA	Sylvie	CHG Evreux Sce Doul. & Soins Palliatifs	27023	Evreux Cedex
Dr BOULESTREAU	Vincent	15, av Montaigne	33160	Saint Medard en Jalles
Dr BOURIT	Gérard	Résid. Bourgainville - Quai Tonkin	17300	Rochefort
Dr BOURNISIEN	Patrice	71, bd de la République	95210	Saint Gratien
Dr BRUNEAU	Jean Jacques	1, allée Henri Tardivat	36330	Velles
Dr BUARD	Christian	Maison Médicale, rue de Montsifrot	35520	La Mezière
Dr BUKATO	Alain	38, av Pasteur	14160	Dives Sur Mer
Dr CARCAILLON	Catherine	5, allée du Bois de Nogent	78310	Maurepas
Dr CASELLES	Didier	22, rue Gounod	06000	Nice

Dr CASTETS	Jean-François	6, av Napoléon 1er	40990	Saint Paul les Dax
Dr CAVERO	Jean-Christian	60, av Cassagne	33150	Cenon
Dr CHABASSIERE	Jean-Marc	25, rue Joseph Bénatier	85100	Les Sables D'olonne
Dr CHAIGNET	Jean-Marie	22 bis, rue Dr Calmette	21000	Dijon
Dr CHAMPEAU	Catherine	12C, résidence du Mail	17670	La Couarde sur Mer
Dr CHANTELOT	Sandrine	25, av Victor Hugo	13100	Aix-en-Provence
Dr CHARANI	Charles	42, rue Ste-Thérèse	59100	Roubaix
Dr CHARLOTTE	Georges	23, rue Racine	44000	Nantes
Dr CHECA MUNOZ	Luis Miquel	98, rue Jean Jaures	51000	Châlons en Champagne
Dr CHERIF	Mona	56, bd Richard Lenoir	75011	Paris
Dr CHEVALIER	Vincent	Les Conviviales-124, av G.Clémenceau	34500	Béziers
Dr CHIALVO	Frédéric	62, rue de Pannette	27000	Evreux
Dr CHIRIO	Jean	176, bd Georges V	33000	Bordeaux
Dr CLUNIAT	Béatrice	18, rue Jean Moulin	73700	Bourg St Maurice
Dr CONGE	Thierry	Parc du Presbytère	24390	Tourtoirac
Dr CORNELIS	Pierre	15, av Danielle Casanova	95210	Saint-Gratien
Dr COUBLE-JACQUELINE	Martine	2, rue de Nathanya	06300	Nice
Dr COUDERC	Christine	207, rue de Paris	59000	Lille
Dr COUPPEY	Jérome	30, rue Ernest Guiller	24000	Perigueux
Dr COURTIOL	Francine	37, route de Léognan	33170	Gradignan
Dr COUTURIER	Laurent	2, place des Chênes Verts	17220	Saint Rogatien
Dr DANHIEZ	Christophe	11 bis, rue Mazarin	51100	Reims
Dr DANIEL	Christophe	10, rue des Boulangers	75005	Paris
Dr DANTEC	Philippe	32, rue de Bellevue	44340	Bouguenais
Dr DARSOUNI	Melouka	103 bis, faubourg Madeleine	45000	Orleans
Dr DEJAULT	Michel	17, rue du Mal. Foch	33400	Talence
Dr DEJEAN	Monique	38, av Dubedout	33150	Cenon

Dr DELAFONTAINE	Marie-Pierre	9, rue Ferdinand Buisson	95190	Goussainville
Dr DELAHAYE	Pierre	l'Albarède	24250	Saint Cybranet
Dr DELBES	Olivier	2, rue de la République	33150	Lenan
Dr DELFARQUIEL	Francis	4, route de la Grande Champagne	16130	Gimeux
Dr DELOZIERE	Véronique	6, rue de Londres	62100	Calais
Dr DELSART	Dominique	24 bis, rue Motte	59235	Bersee
Dr DEVARRIEUX	Thierry	80, av Saint Exupéry	33260	La Teste
Dr DHONT	Loïc	39, av de la République	21800	Chevigny
Dr DI MASCIO	Patricia	28, av Henri Barbusse	93700	Drancy
Dr DIDI	Pascal	56, av de St Ouen	75018	Paris
Dr DIEUDE-FAUVEL	Marie-France	19, rue Mautrec	33000	Bordeaux
Dr DORFFER	Denis	19b, rue du Canal	67330	Bouxwiller
Dr DUBOIS	Didier	2, square La Fayette	49000	Angers
Dr DUCHASTELLE	Roland	13, place de la Farge	63830	Nohanent
Dr DUCHER	Yves	45, rue des Boulets	75011	Paris
Dr DUCREUX	Philippe	24, rue de l'Isle	51100	Reims
Dr ELBAZ	Michel	10, rue Dauvilliers	91290	Arpajon
Dr ESTEVE-LOPEZ	Bruno	23, rue de la Gare	17450	Fouras
Dr FAURE	Jacques	20, rue Auguste Joye	19240	Varetz
Dr FAURE	Michel	12, av Abbé Cabrol	13260	Cassis
Dr FINELLE	Laurent	40, rue Henri Barbusse	93200	St Denis
Dr FONGAUFIER	Bernard	12, rue Saint-Exupéry	33500	Libourne
Dr FOUCAULT	Olivier	7, av du Teil - Cité Pracomptal	26200	Montelimar
Dr FOURNIER	Bernard	Centre Cial Chaussée	45200	Montargis
Dr FOURQUET	Marc	12, place du XIV Juillet	33130	Begles
Dr FYOT	Pierre	50, bd Sadi Carnot - Le Rhodes	06110	Le Cannet
Dr GAILLARD	Françoise	7, rue Carnot	77860	Quincy-voisins
Dr GARION	Pierre	10, rue Saint-Denis	41100	Vendôme

Dr GAUTHIER	Patrick	Clinique Lille Sud, 96, rue Gustave Delory	59810	Lesquin
Dr GEORGE	Françoise	78, Cours de Luze	33300	Bordeaux
Dr GERHART	Philippe	15, bd de la Victoire	67000	Strasbourg
Dr GIGON	Franck	18 bis, av du Mesnil	94210	La Varenne Saint-Hilaire
Dr GIRARD	Didier	34, rue de la Maladière	21160	Marssanay La Cote
Dr GIRAUD	Françoise	3, allée de la Fontaine	77150	Ferolles-attily
Dr GRANGE	Francis	7, allées Boufflers	64100	Bayonne
Dr GRENIER de CARDENAL	Paul	Saint Fort sur le Né	16130	Segonzac
Dr GUEZ	Bernard	162-B, rue de France	06000	Nice
Dr GUILGOT	Florence	46, rue de la Prairie	60280	Margny Les Compiegne
Dr GUISLAIN	Véronique	208, rue Jean Jaures	59264	Onnaing
Dr HACHICHI	Ruchdi	1, av des Nations	69140	Rillieux Lepape
Dr HAISSAT	Gérard	66, av Galliéni	10300	Sainte-savine
Dr HOCQUELLET	J-François	33, av Jean Jaures	33530	Bassens
Dr HOUSSIN	Brigitte	80, av Ledru Rollin	75012	Paris
Dr ISSARTEL	Jean Michel	20, rue Parmentier	92200	Neuilly / Seine
Dr JACQUES	Christophe	7, rue de la Libération	59133	Camphin En Carembault
Dr JADEAUD	Laurent	124, av du 3 Septembre	6320	Cap D'ail
Dr JAGUENAUD	Pierre	95, allée de L'Aube Rouge	34170	Castelnau Le Lez
Dr JAN	Frédérick	14, rue Georges Braque	76600	Le Havre
Dr JANKOWIAK	Sonia	5, rue Abbé Bonpain	59113	Seclin
Dr JARREAU-PAGES	Elisabeth	89, rue François de Sourdis	33000	Bordeaux
Dr JEANMAIRE	Yves	8, av de la Gare	17210	Bussac Foret
Dr KALVARISKY	Sylvie	18, rue P V Couturier	94700	Maisons Alfort
Dr KISIELNICKI	Evelyne	6, av de Spinoza	94200	Ivry Sur Seine
Dr KORMAN	Patrick	23, bd Jacques Preiss	67000	Strasbourg
Dr KRASSOULIA	Alexandre	Résidence La Roseraie	64210	Bidart

Dr KRASSOULIA	Alexandre	Résidence la Roseraie - 8, av du Château	64210	Bidart
Dr LABENNE	Benoît	27, allée du Jardin Anglais	93340	Le Raincy
Dr LACOSTE	Pascale	26, rue d'Entraigues	37000	Tours
Dr LACOTTE	Chantal	192, rue Thiers	65300	Lannemezan
Dr LAMARCHE-ARENE	Christine	21, rue Exelmans	78000	Versailles
Dr LAURENS	Denis	12, rue Arthur Croquette	94220	Charenton-le-Pont
Dr LAURETTE	Françoise	39, rue St-Vincent	78200	Mantes-la-Jolie
Dr LECOMTE	Pierre Guy	2, square des Grisons	35200	Rennes
Dr LEGER	Pascal	1, rue du Général Sauvagnac	64600	Anglet
Dr LEMAIRE	Daniel	14, rue des Jardins	25700	Valentigney
Dr LEMOUHER	Jaouad	3, chemin Voltaire	69120	Vaulx-en-Velin
Dr MACH-HOUTY	Abdelaziz	43, rue de la Liberté	89200	Sauvigny Le Bois
Dr MADEBENE	Lionel	13, place de la Farge	63830	Nohanent
Dr MAIRE	Olivier	rue Albert Camus	30600	Vauvert
Dr MALIGE	Yves	rue de la Savoye	39230	Chaumergy
Dr MARCEAUX	Nadine	6, av Guynemer	78170	La Celle-Saint-Cloud
Dr MARIJNEN	Philippe	9, bd Saint Marceaux	51100	Reims
Dr MARTHAN	Jules	Rue Emile Zola - Résid. Le Languedoc	30600	Vauvert
Dr MARTI-AHRENS	Isabelle	1, rue de Fenoul	31500	Toulouse
Dr MARTIN	Philippe	29, rue de Gaulle	85510	Le Boupëre
Dr MARTIN	Jean Pierre	45, av du Teil - Résid. Le Sarda	26200	Montélimar
Dr MARTIN	Jacques	1 bis, place de l'Eglise	61470	Le Sap
Dr MASSON	Bruno	89, route de Mantes	78200	Buchelay
Dr MASSON	Loïc	30, av du Général de Gaulle	15500	Massiac
Dr MICHEL	Céline	27, allée du Jardin Anglais	93340	Le Raincy
Dr MILJKOVIC	Dragan	21, rue des Héros	94130	Nogent-sur-Marne

Dr MILVILLE	Marcel	22, place de l'Hôtel de Ville	02340	Montcornet
Dr MOUCHE	François	19, rue Sadi Carnot	16300	Barbezieux
Dr NAJI	Nawel Sophie	83, rue de la Pelouse de Drouet	33000	Bordeaux
Dr NAKACHE	Didier	Calicéo allée de Christus	40990	Saint-Paul-les-Dax
Dr NAYROLLES	Didier	35, rue Ampère	94400	Vitry-sur-Seine
Dr NGUYEN	Marie	1, rue Pablo Picasso	92160	Antony
Dr OLONDE	Jean-François	104, rue de Pontoise	60000	Beauvais
Dr OMER	Françoise	15, route de Langoiran	33670	Creon
Dr OPRON	Philippe	15, av Gambetta	91600	Savigny-sur-Orge
Dr PACKO	Michael	16, rue Plancha	75020	Paris
Dr PASQUINI	Bernadette	5, rue Pershing	54400	Longwy-bas
Dr PASQUINI	Claude	1, rue Gustave Raty	54650	Saulnes
Dr PASSEVANT	Serge	Résidence Richelieu	33310	Lormont
Dr PELET	Yves	16 C, av des Sables	85440	Talmont-St-Hilaire
Dr PENNAMEN	Pierre	53, rue Montessuy	91260	Juvisy-sur-Orge
Dr PERDRIAUX	Jacques	2, allée des Acacias	37270	Montlouis-sur-Loire
Dr PERRIN	Jean-Jacques	7, rue d'Estienne d'Orves	02100	Saint-Quentin
Dr PESSIN	Gérard	1, rue des Meuniers Villelouvette	91520	Egly
Dr PETERS	Denis	9, route de la Chapelle	50210	Roncey
Dr PETIT	Philippe	Boîte Postale 24	33023	Bordeaux Cedex
Dr PETIT	Roger	1, rue Pierre du Pebro	13800	Istres
Dr PEYROU	Christophe	8, place Aristide Briand	47600	Nerac
Dr PINET	Hélène	34, rue du gal de Gaulle	85800	St Gilles Croix De Vie
Dr PLISSON	Fabien	176, rue de Cormery	37550	St Avertin
Dr PORTEVIN	Anouchka	10, rue Saint-Denis	41100	Vendôme
Dr POUGET	Pierre-Yves	9, rue Emmanuel Chabrier	63000	Clermont-Ferrand
Dr POURCYRUS	Franck	1 bis, pl du général de Gaulle	45300	Sermaises

Dr PRIGENT	Jean-Paul	12, rue Gambetta	64500	Saint-Jean-de-Luz
Dr QUESTE	Laurence	57, av St Maur	59110	La Madeleine
Dr RAID	Ahad	32, rue Tregain	35700	Rennes
Dr RAMAR...	Stéphane	Hôpital de Rambouillet - 5-7 rue Pierre et Marie Curie	78514	Rambouillet Cedex
Dr RATTE	Dominique	41, rue du colonel Fabien	02100	Saint-quentin
Dr RAVONIANJELINA	Mang	Hôpital Maritime	59123	Zuydcoote Cedex
Dr REMY	Alain	4, route de Fontaine Française	21490	Varois et Chaignot
Dr REZICINER	Philippe	21, rue Bannacker	67160	Wissembourg
Dr RIAUD	Georges	8, rue Guillaume Grootaers	44300	Nantes
Dr RICATTE	Olvier	3, rue du Marais	67800	Bischheim
Dr RICAUD	Dominique	Résidence Plein Soleil	47800	Saint Pardoux Isaac
Dr RICHON	Geneviève	18, rue des Trois Fours	16000	Angoulême
Dr RIVIERE	Alain	rue du Vieux Hangot	40380	Monfort-en-Chalosse
Dr ROCH	François-Xavier	15, rue Thiers	64100	Bayonne
Dr ROCHE	Anne Emmanuelle	non installée		
Dr ROCHETEAU DALL'ANESE	Céline	5, rue Andersen	33600	Pessac
Dr ROLLAND	Brigitte	27, rue Henri Duparc	40000	Mont-de-Marsan
Dr ROUDEL	Bruno	99, av de la République	63023	Clermont-Ferrand Cedex 2
Dr ROY	René	11, rue du Tilleul	90150	Fontaine
Dr ROZEC	Brigitte	31, bd de la Liberté	93260	Les Lilas
Dr RUC	Didier	5, place Davout	91600	Savigny Sur Orge
Dr SABOURIN	Gérard	1, route de Saint-Germain	17260	Gemozac
Dr SADOUN	Symon	18, rue de Noailles	78000	Versailles
Dr SAGOLS	Robert	29, rue Émile Zola	66600	Rivesaltes
Dr SAINT AMAND	Hugues	36, av Gabriele d'Annunz	33600	Pessac
Dr SAINT-HILLIER	Stéphane	Place de la Mare	25320	Chemaudin

Dr SALATO	Philippe	1, rue Lamennais	75008	Paris
Dr SALCES NEDEO	Vincent	3 A, place du castelet	31150	Bruguières
Dr SAMSON	Dominique	rue de la fontaine française	21490	Varois-et-Chaignot
Dr SANTI	Jean-Erasme	61, av Gambetta	83400	Hyeres
Dr SARROSTE-GALL	Corinne	32 ter, rue Raymond IV	31000	Toulouse
Dr SAURA	Laurent	Noblet	33710	Pugnac
Dr SAVOYE	Jean-François	Via Parouze	1860	Vaux-en-bugey
Dr SCHEINFELD	Harry	83, allée Pierre et Marie Curie	93320	Les Pavillons-sous-Bois
Dr SCHIRMACHER	Pierre	29, route de Gordes-Clinique Saint-Roch	84300	Cavaillon
Dr SCHNEESOHN	Micael	19 bis, av de Paris	95290	L'isle Adam
Dr SCHNEIDER	Jean-Joseph	1, av Bonaparte	51430	Tinqueux
Dr SCHNEIDER	Guy	1 bis, av du Gl Leclerc	2570	Chezy / Marne
Dr SCHVARTZ	Etienne	8, place Joël Prévoteau	51110	Bourgogne
Dr SEBI	Jacques	68, allée Jean Jaures	31000	Toulouse
Dr SERRANO	Stéphane	12 bis, rue le Perdriel	91140	Villebon-sur-Yvette
Dr SERVER	Serge	Point Médical - Rond-Point de la Nation	21000	Dijon
Dr SHAWUL	Biniam	37, rue Henri Marechal	69800	Saint-Priest
Dr SIMON	Germaine Betty	21, Route de Montpellier (RN 113	34430	Saint-Jean-de-Vedas
Dr SOBCZYK	Jean-Marc	27, bd Gambetta	92130	Issy Les Moulineaux
Dr STIOUI	Michel	140, rue des Monges	13290	Aix-les-Milles
Dr SYGALL	Dominique	Place du Couvent	46110	Betaille
Dr TAFFIN	Henri-Philippe	19 bis, rue Sainte Adélaïde	78000	Versailles
Dr TANGUY	Jean-Jacques	64, rue Général Huard	50800	Villedieu Poeles
Dr TARDY	Christophe	453, quai des Allobroges	73000	Chambery
Dr TESTUZ	Franck	58, av de Rigny	94360	Bry-sur-Marne
Dr THEVENIN	Gérard	74, av Kennedy	68200	Mulhouse

Dr TIANO	Sylvie	45, av du Centre	78180	Montigny-le-Bretonneux
Dr TRILLAUD	Philippe	8, grande rue Chauchien	71400	Autun
Dr TURKI	Dominique	83, rue Blanche	75009	Paris
Dr VANDAMME	Christophe	87, av de l'Ancien Village	59229	Grande-Synthe
Dr VANDAMME	Laurent	9, rue de la Dordogne	33330	Saint-Sulpice-de-Faleyrens
Dr VARSI	Noëlle	7, rue Armand Carrel	19100	Brive
Dr VERSINI	Stéphane	52, av de Wagram	75017	Paris
Dr VIVILLE	Martine	192, rue de Crimée	75019	Paris
Dr WALTER	André	24, rue de la Résistance	63110	Beaumont
Dr WEIN	Jacques	31, rue Alsace-Lorraine	81500	Lavaur
Dr WHETTNALL	Phyllis	Place de grand village	77240	Vert St Denis
Dr WIART	Catherine	31, av du 6 juin	14000	Caen
Dr ZIMBAN	Anne-Laure	77, rue Victor Hugo	33290	Le Pian Mèdoc

CHARTE DE L'AMME France – International

Association de Médecine et Mésothérapie Esthétique France - International

SUR LES BONNES PRATIQUES CLINIQUES ET THÉRAPEUTIQUES

Je m'engage à respecter le règlement des bonnes pratiques cliniques et éthiques de l'AMME France – International Association de Médecine et Mésothérapie Esthétique France – International (AMME), à savoir :

1. Établir une relation précise et transparente avec mon patient sur ma pratique et mes qualifications.
2. Établir un devis et des prix de consultations avec tact et mesure
3. Garantir au patient une sécurité absolue dans notre pratique, par l'utilisation exclusive de produits pharmaceutiques disposant d'une AMM (Autorisation Mise sur le Marché) française enregistrée à l'AFSSAPS, de dispositifs médicaux conformes avec la réglementation en vigueur.
4. Utiliser uniquement du matériel à usage unique (seringues, aiguilles, conditionnements unidoses,;kits, etc.)
5. Respecter les règles de désinfection des mains du médecin avant et après chaque examen médical.
6. Respecter les règles de nettoyage, stérilisation des matériaux et appareillages.
7. Respecter les règles de nettoyage et désinfection de la peau du patient selon les recommandations préconisées par le Ministère de la Santé par des produits reconnus par la pharmacopée française et en suivant les recommandations des fabricants.
8. Faire effectuer les contrats de maintenance des appareillages utilisés (laser, appareils de soins, pistolets injecteurs...) et recommandés par les fabricants.
9. Maintenir son niveau de formation par la participation à des EPU (Enseignements Post Universitaires) avec au moins un atelier régional ou congrès national par an reconnu par l'AMME.
10. Partager ses connaissances et son expérience avec ses compagnons de l'AMME, de façon éthique et non lucrative.

Table des matières

Sommaire 5

L'efficacité par l'écologie médicale 7

Pourquoi ce livre ? 9
Se soigner au naturel, c'est possible et tellement mieux 10
L'écologie médicale 10
La santé et l'argent 13

La mésothérapie 23

Histoire de la mésothérapie 25
Principes de la mésothérapie 27
La mésothérapie, ou pourquoi faire compliqué quand on peut faire simple ? ..28
Qui peut profiter de la mésothérapie ? 30
Que va traiter la mésothérapie ? 30
Qui peut pratiquer la mésothérapie ? 32
Comment va se passer une consultation de mésothérapie ? 32
Quelques exemples de pathologies traitées et comparaison entre médecine traditionnelle et mésothérapie ..33
Le mal de dos 33
La tendinite de l'épaule 35
Les jambes lourdes 36
La migraine 36
La mésovaccination 37
Le mésostress 37

Le traitement de la cellulite : la mésodissolution 39
Le zona 40
L'arthrose du genou 41
La chute des cheveux 42
La dorsalgie aiguë 42
La névralgie cervico-brachiale : « la sciatique du bras » 43
La tendinite du coude 43

Acupuncture et méso-acupuncture 45

Histoire de l'acupuncture 47
Les principes de l'acupuncture 52
Qui peut profiter de l'acupuncture et de la méso-acupuncture ? 54
Que va traiter l'acupuncture ? 54
Qui peut pratiquer l'acupuncture ? 56
Comment va se passer une consultation d'acupuncture ? 56
Coût des séances d'acupuncture et exemples de traitement 57
La méso-acupuncture 57
Principe général 58
Quelques exemples de pathologies traitées et comparaison médecine traditionnelle et acupuncture 58
À propos d'économie et d'écologie dans l'acupuncture 62
Conclusion 63
Pour en savoir plus 64

Homéopathie 67

Histoire de l'homéopathie 69
Principes de l'homéopathie 70
Les médicaments homéopathiques 71
Qui peut profiter de l'homéopathie ? 72
Que va traiter l'homéopathie ? 72
Les chocs, les plaies, les bosses – *Arnica montana* (l'arnica des montagnes) 72
Le gonflement, l'œdème – *Apis mellifica* (l'abeille à miel) 73
La fatigue, la peau sèche, l'inquiétude – *Arsenicum album* (l'arsenic blanc) 74
La chaleur, la rougeur – *Belladonna* (la plante Belladone) 75
L'épanchement de liquide – *Bryonia alba* (la plante bryone blanche) 77

La douleur, la colère – *Chamomilla* (la plante camomille) 78
Les seins douloureux - *Folliculinum* (œstrogène) 79
Le trac, l'inquiétude, la tension intérieure – *Gelsemium* (le faux jasmin de Virginie) 80
L'énervement, l'agacement – *Ignatia amara* (la fève de Saint-Ignace) 81
La jalousie, l'étouffement, l'excitation – *Lachesis mutus* (serpent d'Amérique centrale et du Sud) 82
Le gonflement du ventre – *Lycopodium* (la plante pied-de-loup) . . 84
Quelques témoignages 85
Qui peut pratiquer l'homéopathie ? 87
Comment se passe la consultation homéopathique ? 87
Se soigner naturellement avec l'homéopathie ? .88
Pour en savoir plus 88
Conclusion 89
Pour en savoir plus 91
Annexe 93
Liste des mésothérapeutes et spécialisés en esthétique (AMME) 94
Liste des médecins ayant validé le DIU de mésothérapie (SFM). 102
Charte de l'AMME France 113



Médecines naturelles et écologiques :

mésothérapie, acupuncture, homéopathie

Ecologie médicale

Mésothérapie

Acupuncture et méso-acupuncture

Homéopathie

Liste des mésothérapeutes exerçants

Le premier livre grand public sur la mésothérapie !

La mésothérapie consiste à injecter une micro-dose de substances médicamenteuses juste dans la peau, à proximité directe du problème à traiter.

Comme l'homéopathie et l'acupuncture, elle induit l'utilisation de médicaments en nombre minimal (et a donc moins recours à l'industrie chimique) ; ces médecines ont aussi le souci du respect du corps (le traitement étant local).

- Quelles pathologies (stress, mal de dos, migraines, tendinites...) chacune de ces médecines naturelles peut-elle traiter ?
- Quels sont leurs bienfaits par rapport à la médecine allopathique classique ?
- À qui s'adressent-elles ?
- Comment se déroulent les consultations ?

Ce livre explique également pour quelles raisons (lobbying pharmaceutique, volonté et engagement politiques...), la société délaisse ces médecines, bien qu'elles rivalisent souvent avantageusement avec la médecine officielle.

Les auteurs

Les quatre auteurs de cet ouvrage dirigent la Société Française de Mésothérapie et l'Association de Médecine et Mésothérapie Esthétique.

Code éditeur : G54231
ISBN : 978-2-212-54231-8

www.editions-eyrolles.com
Groupe Eyrolles | Diffusion Geodif | Distribution Sodis

10 €

Conception : Nord Compo
© Iconographie : Fotolia